زندگی میں بے سکونی کیوں؟؟؟؟

بدنظری

خاموش تباہی

از قلم: عنصر رضا جامی

اس میں پڑھ سکیں گے۔۔۔

بدنظری کیا ہے؟ بدنظری کے اسباب بدنظری کے نقصان بدنظری کا علاج

بدنظری کے متعلق حکم خداوندی بدنظری کے متعلق احادیث مبارکہ بدنظری کے متعلق اقوال سلف صالحین

بدنظری خاموش تباہی

- جس معاشرے میں نظروں کی خیانت عام ہو، وہاں عزتیں غیر محفوظ ہوتی ہیں۔ آیئے! اس خاموش فتنہ کو پہچانیں اور اس کے خلاف اٹھ کھڑے ہوں۔

- جو دل چاہتا ہے کہ وہ پاکیزگی کی راہ پر گامزن ہو وہ اس رسالے کو ضرور پڑھے۔

- کبھی سوچا ہے کہ ایک نظر... آپ کے دل کی پاکیزگی چھین سکتی ہے؟ یہ رسالہ صرف آنکھوں کا نہیں، روح کا علاج بھی ہے۔

- اس رسالے کو پڑھ کر اس پر عمل کیجئے انشاء اللہ زندگی میں بے چینی اور بے سکونی ختم ہو جائے گی۔

عنصر رضا جامی

فہرست

اللہ پاک نے انسان کو جو اعضاء دیئے ، ہر ایک عضو کی اپنی شان اور اس کا اپنا کام ہے ، بندے کے اختیار میں ہے ان کو چاہے غلط استعمال کرے یا درست استعمال کر کے جو مقصود و مطلوب ہے اس کو حاصل کرے ، انہی اعضاء میں سے آنکھیں بھی ہیں ، ان کی قدر تو نابینا ہی بتا سکتا ہے بہر حال انسانی آنکھیں جب بے لگام ہو جائیں تو اکثر فواحش کی بنیاد بن جاتی ہیں ۔ اسی لئے محققین کے نزدیک **بد نظری ام الخبائث** کی مانند ہے ۔ ان دو راستوں سے ہی فتنے کے چشمے ابلتے ہیں اور ماحول و معاشرے میں عریانی و فحاشی کے پھیلنے کا سبب بنتے ہیں اسلام نے ان دو سوراخوں پر پہرہ بٹھا دیا ۔ یہ بھی اسلامی تعلیمات کا حسن و جمال ہے کہ ہر مومن کو نگاہیں نیچی رکھنے کا حکم دیا ۔ نہ ہی غیر محرم پر نظر پڑے اور نہ ہی شہوت کی آگ بھڑکے ، نہ رہے بانس نہ بجے بانسری ، اصولی بات ہے کہ برائی کو ابتدا ہی میں ختم کر دو ۔ عام مشاہدہ ہے کہ جن لوگوں کی نگاہیں بے قابو ہوتی ہیں ان کے اندر شہوت کی آگ بھڑکتی رہتی ہے یہاں تک کہ یہ نگاہیں انہیں فحاشی کا مرتکب بنا دیتی ہیں ۔

نظر کی حفاظت سے متعلق آیات

ارشاد باری تعالیٰ ہے: قُلْ لِّلْمُؤْمِنِيْنَ يَغُضُّوْا مِنْ اَبْصَارِهِمْ وَيَحْفَظُوْا فُرُوْجَهُمْ ذٰلِكَ اَزْكٰى لَهُمْ ۔ اِنَّ اللّٰهَ خَبِيْرٌۢ بِمَا يَصْنَعُوْنَ ترجمہ : مسلمان مردوں کو حکم دو کہ اپنی نگاہیں کچھ نیچی رکھیں اور اپنی شرمگاہوں کی حفاظت کریں ، یہ ان کے لیے زیادہ پاکیزہ ہے ، بیشک اللہ ان کے کاموں سے خبردار ہے ۔

قرآن مجید کی یہ آیت مؤمنین کے لئے ایک کامل مکمل پیغام ہے ، مفسرین نے لکھا ہے کہ اس آیت میں تادیب ، تنبیہ اور تہدید کا بیان ہے جس کی تفصیل درج ذیل ہے ۔

تادیب: آیت کے ابتدائی حصے میں تادیب ہے، مؤمنین کو ادب سکھایا گیا ہے کہ جن چیزوں کا دیکھنا ان کے لئے جائز نہیں ان سے اپنی نگاہیں نیچی رکھیں۔ بندوں کو یہی زیب دیتا ہے کہ اپنے آقا کی فرماں برداری کریں۔ اس سے یہ بھی معلوم ہوا کہ غض بصر (آنکھوں کو جھکانا) ابتدا ہے اور حفاظت فرج انتہاء ہے۔ گویا یہ دونوں لازم وملزوم ہیں۔ پس جس کی نگاہ قابو میں نہیں اس کی شرمگاہ قابو میں نہیں۔

تنبیہ : ذَٰلِكَ أَزْكَىٰ لَهُمْ میں تنبیہ ہے کہ غض بصر (نظر جھکانے) کا فائدہ یہ ہے کہ دلوں میں پاکیزگی آئے گی۔ گناہ کا وسوسہ ہی نہیں پیدا ہو گا۔ اس میں ان کا اپنا فائدہ ہے۔ عبادت میں یکسوئی نصیب ہو گی، نفسانی، شیطانی، شہوانی وساوس سے جان چھوٹ جائے گی اور اگر اس ہدایت پر عمل نہیں کریں گے تو **بد نظری کی وجہ سے سکون قلب سے محروم ہو جائیں گے۔** دل میں حسرتوں کی بھرمار ہو گی۔ فتنے میں پڑنے کا اندیشہ قوی ہو گا۔

تہدید: إِنَّ اللهَ خَبِيرٌ بِمَا يَصْنَعُونَ میں تہدید ہے، پروردگار عالم کی طرف سے تنبیہ ہے کہ اگر بندوں نے اس ہدایت کی پرواہ نہ کی تو یاد رکھیں کہ اللہ رب العزت غافل نہیں وہ ان کی تمام کاروائیوں سے واقف ہے۔ وہ نافرمانوں سے نمٹنا اچھی طرح جانتا ہے۔ یہ بات ذہن نشین رہے کہ اگر اسلام نے مردوں کو واشگاف الفاظ میں اپنی نگاہیں نیچی رکھنے کا حکم دیا ہے تو عورتوں کو بھی فراموش نہیں کیا۔ چونکہ مرد اور عورت دونوں کا خمیر ایک ہی ہے لہذا عورت کی فطرت میں بھی شہوت کا مادہ رکھا گیا ہے۔ ان کے بارے میں ارشاد باری تعالیٰ ہے: وَقُلْ لِلْمُؤْمِنَاتِ يَغْضُضْنَ مِنْ أَبْصَارِهِنَّ وَيَحْفَظْنَ فُرُوجَهُنَّ ترجمہ: ایمان والیوں سے کہہ دیجئے کہ اپنی نگاہیں نیچی رکھیں اور اپنی شرم گاہوں کی حفاظت کریں۔ ان دونوں آیات کا لب ولہجہ اس حقیقت کو واضح کر رہا کہ آنکھوں کی بے باکی شہوت میں انتشار اور شرمگاہ میں ابھار پیدا کرتی ہے۔ ایسی حالت میں انسانی عقل پر پردہ پڑ جاتا ہے۔ شہوت کھلی آنکھوں کے باوجود انسان کو اندھا بنا دیتی ہے۔ انسان گناہ کا ارتکاب کر کے ذلت ورسوائی کے گڑھے

میں جا گرتا ہے۔ شہوت کے معاملہ میں جو حال مردوں کا ہے کم و بیش وہی حال عورتوں کا ہے۔ عورتیں عموما جذباتی ہوتی ہیں جلد متاثر ہو جاتی ہیں ان کی نگاہیں میلی ہو جائیں تو زیادہ فتنے جگاتی ہیں لہذا انہیں بھی چاہئے کہ اپنی نگاہیں نیچی رکھیں امام غزالی رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں:ثم علیك وفقك الله وایانا بحفظ العین فانها سبب کل فتنة و آفة(پھر تو آنکھ کی ضرور حفاظت کر اللہ تجھے اور ہمیں توفیق عطا فرمائے کیوں کہ یہ ہر فتنے اور آفت کا سبب ہے۔)اس سے معلوم ہوا کہ آنکھوں کا فتنہ نہایت مہلک ہے اور اکثر فتنوں اور آفتوں کا بنیادی سبب ہے۔

نظر کی حفاظت کے متعلق احادیث

- نبی علیہ السلام کا ارشاد گرامی ہے:غَضوا أَبۡصَارکُمۡ وَاحۡفَظُوا فرُوجَکُمۡ:اپنی نگاہوں کو پست رکھو اور اپنی شرمگاہ کی حفاظت کرو۔یاد رہے نگاہ شہوت کی قاصد اور پیامبر ہوتی ہے اور نگاہ کی حفاظت دراصل شرمگاہ اور شہوت کی جگہ کی حفاظت ہے۔ جس نے نظر کو آزاد کر دیا اس نے اس کو ہلاکت میں ڈال دیا۔ نظر ہی ان تمام آفتوں کی بنیاد ہے جس میں انسان مبتلا ہوتا ہے۔
- نبی ﷺ کا ارشاد گرامی ہے:النَّظۡرَةُ سَهۡمٌ مَسۡمُومٌ مِنۡ سِهَامِ اِبۡلِیۡسَ: نظر ابلیس کے تیروں میں سے ایک زہر آلود تیر ہے۔ بعض سلف کا قول ہے۔النَّظۡرَةُ سَهم سَمَّ إِلَی الۡقَلۡبِ یعنی نگاہ ایک تیر ہے جو دل میں زہر ڈال دیتا ہے۔
- نبی علیہ السلام کا ارشاد گرامی ہے:الۡعَیۡنَانِ زِنَا هُمَا النَّظَرُ: آنکھوں کا زنا دیکھنا ہے۔اس حدیث پاک سے معلوم ہوا کہ جو شخص کسی غیر محرم کے چہرے پر شہوت بھری نگاہ ڈالتا ہے وہ اپنے دل میں اس کے ساتھ زنا کر چکا ہوتا ہے۔ سلف صالحین نے نگاہ کو عشق کا پیامبر کہا ہے۔زلیخا اگر حضرت یوسف علیہ السلام کے چہرے پر نظر نہ ڈالتی تو جذبات کے ہاتھوں بے قابو ہو کر گناہ کی دعوت نہ دیتی۔ چند لمحوں کی بیتابی نے اس کے رسوا کن قول کا تذکرہ قرآن

مجید میں کروادیا۔ بے حیائی والے کام کی نسبت قیامت تک اس کی طرف ہوتی رہے گی۔ عبرت حاصل کرنی چاہیۓ کہ بدنظری کی رسوائیاں کتنی بڑی اور کتنی بری ہیں۔

- ❖ آپ ﷺ نے فرمایا: "راستوں میں بیٹھنے سے اجتناب کرو۔" صحابہ کرام رضی اللہ عنہم نے کہا: اے اللہ کے رسول! ہمارے لیے (راستے کی) مجلسوں کے بغیر جن میں (بیٹھ کر) ہم باتیں کرتے ہیں، کوئی چارہ نہیں۔ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا: "اگر تم مجالس کے بغیر نہیں رہ سکتے تو راستے کا حق ادا کرو۔" لوگوں نے کہا: اس کا حق کیا ہے؟ آپ نے فرمایا: "نگاہ نیچی رکھنا، تکلیف دہ چیزوں کو (راستے سے) ہٹانا، سلام کا جواب دینا، اچھائی کی تلقین کرنا اور برائی سے روکنا۔"
- ❖ رسولُ اللہ صَلَّی اللہ تَعَالٰی عَلَیْہِ وَاٰلِہٖ وَسَلَّمَ نے ارشاد فرمایا: "ایک مرد دوسرے مرد کے سَتْر کی جگہ نہ دیکھے اور نہ عورت دوسری عورت کے ستر کی جگہ دیکھے اور نہ مرد دوسرے مرد کے ساتھ ایک کپڑے میں بَرَہْنَہ سوئے اور نہ عورت دوسری عورت کے ساتھ ایک کپڑے میں برہنہ سوئے۔"[1]

مفتی قاسم صاحب فرماتے ہیں: لٰہذا ہر مسلمان کو چاہیۓ کہ وہ اپنی نگاہیں جھکا کر رکھا کرے اور جن چیزوں کو دیکھنا حرام ہے انہیں دیکھنے سے بچے۔ مزید ترغیب کے لئے امام محمد غزالی رَحْمَۃُ اللہ تَعَالٰی عَلَیْہِ کا یہ کلام ملاحظہ ہو، فرماتے ہیں : نظر نیچی رکھنا دل کو بہت زیادہ پاک کرتا ہے اور نیکیوں میں اضافے کا ذریعہ ہے، اس کی وجہ یہ ہے کہ اگر تم نظر نیچی نہ رکھو بلکہ اسے آزادانہ ہر چیز پر ڈالو تو بسا اوقات تم بے فائدہ اور فضول بھی اِدھر اُدھر دیکھنا شروع کر دو گے اور رفتہ رفتہ تمہاری نظر حرام پر بھی پڑنا شروع ہو جائے گی، اب اگر جان بوجھ کر حرام پر نظر ڈالو گے تو یہ بہت بڑا گناہ ہے اور عین ممکن ہے کہ تمہارا دل حرام چیز پر فریفتہ ہو جائے اور تم تباہی کا شکار ہو جاؤ، اور اگر اس

---

[1] -(مسلم، کتاب الحیض، باب تحریم النظر الی العورات، ص۱۸۶، الحدیث: ۷۴(۳۳۸))

طرف دیکھنا حرام نہ ہو بلکہ مباح ہو، تو ہو سکتا ہے کہ تمہارا دل (اس میں) مشغول ہو جائے اور اس کی وجہ سے تمہارے دل میں طرح طرح کے وسوسے آنا شروع ہو جائیں اور ان وسوسوں کا شکار ہو کر نیکیوں سے رہ جاؤ، لیکن اگر تم نے (حرام اور مباح) کسی طرف دیکھا ہی نہیں تو ہر فتنے اور وسوسے سے محفوظ رہو گے اور اپنے اندر راحت و نَشاط محسوس کرو گے۔[2]

اچانک نظر معاف ہے

کئی مرتبہ ایسا ہوتا ہے کہ راہ چلتے یا آتے جاتے غیر محرم عورت سامنے آجاتی ہے تو اس کے چہرے پر نظر پڑ جاتی ہے۔ ایسی صورتحال کے بارے میں حضرت علی رضی اللہ عنہ نے نبی علیہ السلام سے سوال پوچھا تو نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا: یا عَلی لَا تَتَّبِعُ النَّظْرَۃَ النَّظْرَۃَ فَإِنَّ لَکَ الْاُوْلٰی وَلَیْسَتْ لَکَ الْاٰخِرَۃُ[3] (اے علی! ایک مرتبہ نظر پڑ جانے کے بعد پھر دوبارہ نہ دیکھو کیونکہ تمہارے لئے صرف پہلی نظر معاف ہے دوسری نہیں)۔ اس سے معلوم ہوا کہ پہلی اچانک نظر معاف ہے اور اگر کسی وقت پہلی نظر ہی ارادۃً ڈالی گئی تو وہ بھی حرام ہو گی اور پہلی نظر معاف ہونے کا یہ مطلب بھی نہیں کہ پہلی نظر ہی بھرپور ہو کہ دوبارہ دیکھنے کی ضرورت ہی نہ رہے۔ صرف اتنی بات ہے کہ اچانک نظر پڑ گئی تو نظریں فوراً ہٹانے کا حکم ہے۔ بعض اوقات حکیم، ڈاکٹر یا جج کو کسی شرعی عذر کی وجہ سے کسی نامحرم کا چہرہ دیکھنا پڑ جاتا ہے تو بقدر ضرورت دیکھنے کے بعد نظر کو فوراً ہٹا لینا چاہئے۔

بد نظری فساد کا بیج ہے

غیر محرم کی طرف شہوت کی نظر سے دیکھنا فساد کا بیج ہے۔ شیطان غیر محرم کے چہروں کو مزین کر کے پیش کرتا ہے ویسے بھی دور سے ہر چیز بھلی نظر آتی ہے۔ اسی لئے تو مثل مشہور ہے کہ دور کے

---

[2] -(منہاج العابدین، تقوی الاعضاء الخمسة، الفصل الاول: العین، ص٧٣-٧٢)

[3] -(ابوداؤد، کتاب النکاح، باب مایؤمربہ من غض البصر، ج٢، ص٣٥٨، الحدیث: ٢١٤٩)

ڈھول سہانے ہوا کرتے ہیں۔ بد نظری کرنے سے انسان کے دل میں گناہ کا تخم پڑ جاتا ہے جو موقع ملنے پر اپنی بہار دکھاتا ہے۔ قابیل نے ہابیل کی بیوی کے حسن و جمال پر نظر ڈالی تو دل و دماغ پر ایسا بھوت سوار ہوا کہ اپنے بھائی کو قتل کر دیا۔ دنیا میں سب سے پہلی نافرمانی کا مرتکب ہوا قرآن مجید میں اس کے قبیح فعل کا تذکرہ ہوا۔ گناہ کی بنیاد ڈالنے کی وجہ سے قیامت تک جتنے قاتلین آئیں گے ان کا بوجھ بھی اس کے سر پر ہوگا۔ معلوم ہوا کہ پہلی نظر ڈالنے کا تو اختیار ہوتا ہے پھر معاملہ اس کے بعد بے اختیاری والا ہو جاتا ہے۔ اس لئے بہتر ہے کہ پہلی نظر سے ہی بچا جائے۔ خطرے میں پڑنا محتاط لوگوں کا کام نہیں ہوتا۔

بد نظری زنا کی پہلی سیڑھی ہے

نبی علیہ السلام کا ارشاد گرامی ہے: فَزِنَا الْعَيْنَيْنِ النَّظَرُ، وَزِنَا اللِّسَانِ النُّطْقُ وَالنَّفْسُ تَمَنَّى وَتَشْتَهِي، وَالْفَرْجُ يُصَدِّقُ ذَلِكَ أَوْ يُكَذِّبُهُ: آنکھ کا زنا جس کا دیکھنا حرام ہے اس کو دیکھنا ہے زبان کا زنا حرام بات کہنا ہے، دل تمنا رکھتا ہے، خواہش کرتا ہے، پھر شرم گاہ اس کی تصدیق کرتی ہے اور وہ زنا کا ارتکاب کر لیتا ہے یا تکذیب کرتی ہے۔

امام غزالی رحمتہ اللہ علیہ فرماتے ہیں: نظر کھٹک پیدا کرتی ہے، کھٹک سوچ کو وجود بخشتی ہے، سوچ شہوت کو ابھارتی ہے اور شہوت ارادہ کو جنم دیتی ہے۔ اس سے معلوم ہوا کہ زنا کا ارادہ تب ہوتا ہے جب انسان غیر محرم کو دیکھتا ہے۔ اگر دیکھے گا ہی نہیں تو ارادہ ہی نہیں ہوگا پس معلوم ہوا کہ بد نظری زنا کی پہلی سیڑھی ہے۔ مثل مشہور ہے کہ دنیا کا سب سے لمبا سفر ایک قدم اٹھانے سے شروع ہوتا ہے۔ اس طرح زنا کا سفر بد نظری کرنے سے شروع ہوتا ہے۔ مؤمن کو چاہئے کہ پہلی سیڑھی چڑھنے سے ہی پرہیز کرے۔

بد نظری سے بچنے پر حلاوت ایمان

مسند احمد میں نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کا ارشاد گرامی ہے: مَا مِنْ مُسْلِمٍ يَنْظُرُ إِلَى مُحَاسِنِ الْمَرْأَةِ أَوَّلَ مَرَّةٍ ثُمَّ يَغُضُّ بَصَرَهُ إِلَّا أَحْدَثَ اللهُ لَهُ عِبَادَةً يَجِدُ حَلَاوَتَهَا[4]: کوئی مسلمان جب پہلی مرتبہ کسی عورت کی خوبصورتی دیکھے پھر اپنی نگاہ پست کرلے تو اللہ تعالی اس کو عبادت میں لذت عطا فرماتا ہے۔

طبرانی میں غیر محرم سے نظر ہٹانے کے متعلق روایت ہے کہ: مَنْ تَرَكَهَا مِنْ مَخَافَتِي أَبْدَلْتُهُ إِيمَاناً يَجِدُ حَلَاوَتَهُ فِي قَلْبِهِ: (جس نے میرے ڈر کی وجہ سے (بد نظری) چھوڑی میں اسے ایسا ایمان عطا کروں گا جس کی حلاوت وہ دل میں محسوس کرے گا)۔

کتنا نفع مند سودا ہے کہ بد نظری کی وقتی اور عارضی لذت کو چھوڑنے پر ایمان کی دائمی حلاوت اور شیرینی نصیب ہوتی ہے۔ ثابت ہوا کہ اللہ تعالیٰ ایسے شخص کے سینے میں ٹھنڈک ڈال دیتا ہے۔ ویسے بھی دستور ہے کہ عمل کی جزا اس کی جنس سے ہوا کرتی ہے۔ پس جو شخص غیر محرم پر نظر بازی کی لذت کو ترک کرے گا اللہ تعالیٰ اس کو عبادت اور ایمان کی لذت عطا کرے گا۔

بد نظری سے بھی سیری نہیں ہوتی

بد نظری چاہے کتنی ہی زیادہ کی جائے، چاہے ہزاروں مردوں اور عورتوں کو گھورا جائے اور گھنٹوں گھورا جائے سیری نہیں ہوتی۔ بد نظری ایسی پیاس لگاتی ہے جو کبھی نہیں بجھتی۔ استسقاء کا مریض اتنا پانی پئے کہ پیٹ پھٹنے کو آئے تو بھی پیاس ختم نہیں ہوتی۔ اللہ تعالیٰ نے ایک سے بڑھ کر ایک کو خوبصورت بنایا ہے۔ انسان کتنوں کو دیکھے گا۔ نتیجہ یہی نکلتا ہے کہ ایک دیکھا ہے دوسرے کو دیکھنے

---

4 -(مسند امام احمد، مسند الانصار رضی اللہ عنہم، حدیث ابی امامۃ الباھلی۔۔۔ الخ، ۸/۲۹۹، الحدیث: ۲۲۳۴۱)

کی ہوس ہے۔ اس دریا میں ساری عمر بہتے رہیں گے تو بھی کنارے پر نہیں پہنچیں گے اس لئے کہ یہ دریا ناپیدا کنار ہے۔

بد نظری زخم کو گہرا کرتی ہے

نظر کا تیر جب پیوست ہو جاتا ہے تو پھر سوزش قلب بڑھنا شروع ہو جاتی ہے۔ جتنی بد نظری زیادہ کی جائے اتنا ہی یہ زخم زیادہ گہرا ہوتا ہے۔ نگاہ کا تیر پھینکا جائے تو پھینکنے والا پہلے قتل ہو جاتا ہے وجہ یہ ہے کہ نگاہ ڈالنے والا دوسری نگاہ کو اپنے زخم کا مداوا سمجھتا ہے۔ حالانکہ وہ زخم کو زیادہ گہرا کرتا ہے۔

لوگ کانٹوں سے بچ کے چلتے ہیں　　　ہم نے پھولوں سے زخم کھائے ہیں

الصبر علی غض البصر ایسر علی الصبر علی القدر بعدہ آنکھ بند کرنا آسان ہے مگر بعد کی تکلیف پر صبر کرنا مشکل کام ہے۔

بد نظری سے بوڑھے بھی محفوظ نہیں

زنا کے عمل سے بہت سے لوگ بچ جاتے ہیں چونکہ اس کے لئے بڑے اہتمام کرنے پڑتے ہیں۔ اول تو جس سے زنا کرنا چاہے وہ راضی ہو، دوسرا مناسب موقع محل میسر ہو، تیسرا انتہائی بھی ہو ورنہ ڈر لگا رہتا ہے کہ اگر کسی کو اطلاع ہو گئی تو عزت خاک میں مل جائے گی۔ اس لئے شائستہ اور معزز لوگ اس میں کم مبتلا ہوتے ہیں۔ اگر پیشہ ور عورتوں سے زنا کرنا چاہے تو مال پیسہ پانی کی طرح بہانہ پڑتا ہے۔ مزید براں ایڈز، آتشک، سوزاک جیسی موزی بیماریوں کا ڈر لگا رہتا ہے۔ **برخلاف بد نظری والے گناہ کے** کہ اس میں سامان کی ضرورت نہیں ہوتی، نہ ہی اس میں بدنامی کا ڈر ہوتا ہے۔ کیونکہ اس کی خبر اللہ ہی کو ہے کہ نیت کیسی ہے۔ وہ بوڑھے جو عملی طور پر جماع کی قدرت نہیں رکھتے وہ بھی

بد نظری کے گناہ میں مبتلا ہو جاتے ہیں بلکہ اس میں گناہ کی حسرت کوٹ کوٹ کر بھری ہوتی ہے۔ بقول شاعر

جوانی سے زیادہ وقت پیری جوش ہوتا ہے   بھڑکتا ہے چراغ صبح جب خاموش ہوتا ہے

بعض لوگوں کا جسم بوڑھا ہوتا ہے دل نوجوان ہوتا ہے وہ ہر وقت جوانی کو یاد کرتے رہتے ہیں۔ بعض کی ٹانگیں قبر میں پہونچ کر جھک جاتی ہیں پھر بھی انہیں جوانی کی تلاش رہتی ہے، بقول شاعر:

ہیں کہیں تھی جوانی مگر پتہ نہ چلا   اسی کو ڈھونڈ رہا ہوں کمر جھکائے ہوئے

سوچنا چاہئے اگر جوانی غفلت میں گزر چکی تو چلو بڑھاپے میں ہی رب کو یاد کر لیں مگر یہاں تو الٹی گنگا بہتی ہے۔ طرفہ تماشہ یہ بھی ہے کہ عورتیں بوڑھے سمجھ کر اس سے پردے کا اہتمام بھی نہیں کرتیں۔ اس سے بد نظری کے گناہ میں اور زیادہ آسانی ہو جاتی ہے۔ شہوت پرست بوڑھے بال سفید کر لیتے ہیں جب کہ دل سیاہ کر بیٹھتے ہیں۔ روز محشر زبان حال سے کہیں گے۔

بد نظری سے توفیق عمل چھن جاتی ہے

بد نظری نہایت ہی مہلک مرض ہے۔ ایک تجربہ تو میرا بھی اپنے بہت سے احباب پر ہے کہ ذکر شغل کی ابتداء میں لذت و جوش کی کیفیت ہوتی ہے مگر بد نظری کی وجہ سے عبادت کی حلاوت اور لذت فنا ہو جاتی ہے اور اس کے بعد رفتہ رفتہ عبادت کے چھوٹنے کا ذریعہ بھی بن جاتا ہے۔ مثال کے طور پر اگر صحت مند نوجوان شخص کو بخار ہو جائے اور اترنے کا نام ہی نہ لے تو لاغر اور کمزوری کی وجہ سے اس کے لئے چلنا پھرنا مشکل ہو جاتا ہے۔ کوئی کام کرنے کو دل نہیں چاہتا، بستر پر پڑے رہنے کو جی چاہتا ہے۔ اسی طرح جس شخص کو بد نظری کی بیماری لگ جائے تو وہ باطنی طور پر کمزور ہو جاتا ہے۔ نیک عمل کرنا اس کے لئے مشکل ہو جاتا ہے۔ دوسرے لفظوں میں اس سے عمل کی توفیق چھن جاتی ہے۔ نیک کام کرنے کی نیت بھی کرتا ہے تو بد نظری کی وجہ سے نیت میں فتور آ جاتا ہے۔ بقول شاعر

تیار تھے نماز کو ہم سن کے ذکر حور   جلوہ بتوں کا دیکھ کر نیت بدل گئی

بد نظری سے قوت حافظہ کمزور ہوتی ہے

غیر محرم عورتوں کی طرف یا نو عمر لڑکوں کی طرف شہوت کی نظر ڈالنے سے قوت حافظہ کمزور ہو جاتی ہے۔ اس کی تصدیق کیلئے یہ ثبوت کافی ہے کہ بد نظری کرنے والے حفاظ کو منزل یاد نہیں رہتی اور جو طلبہ حفظ کر رہے ہوتے ہیں ان کے لئے سبق یاد کرنا مصیبت ہوتا ہے۔ امام شافعی رحمتہ اللہ علیہ نے اپنے استاذ وسیع رحمہ اللہ علیہ سے قوت حافظہ میں کمی کی شکایت کی تو انھوں نے معصیت سے بچنے کی تلقین کی۔ امام شافعی رحمتہ اللہ علیہ نے اس گفتگو کو شعر کا جامہ پہناتے ہوئے فرمایا

شکوت الی وکیع سؤحفظی   فاوصانی الی ترك المعاصی

فان العلم نور من الھی   ونور اللہ لا یعطی العاصی

میں نے امام وکیع رحمتہ اللہ علیہ سے اپنے حافظے کی شکایت کی، انھوں نے وصیت کی کہ اے طالب علم! گناہوں سے بچ جاؤ کیونکہ علم اللہ تعالیٰ کا نور ہے اور اللہ تعالیٰ کا نور کسی گنہگار کو نہیں عطا کیا جاتا۔ کالج، یونیورسٹیوں اور مدرسوں کے طلبہ اور طالبات کے لئے اس میں عبرت کا درس موجود ہے۔

بد نظری ذلت خواری کا سبب ہے

شیخ واسطی رحمتہ اللہ علیہ فرمایا کرتے تھے کہ جب اللہ کسی بندے کی ذلت وخواری چاہتا ہے تو اسے خوبصورت چہرے دیکھنے کی عادت میں مبتلا کر دیتے ہیں۔ اس سے معلوم ہوا کہ بد نظری ذلت و خواری کا بنیادی سبب بنتی ہے۔ جو خوش نصیب لوگ اپنی نگاہوں کو پست رکھتے ہیں وہ بڑی بڑی آفتوں اور مصیبتوں سے بچے رہتے ہیں۔

مرزا غالب ایک شعر میں کہتے ہیں:

عشق نے غالب نکما کر دیا ورنہ ہم بھی آدمی تھے کام کے

بد نظری سے برکت ختم ہو جاتی ہے

بد نظری کے بد اثرات میں سے ایک یہ بھی ہے کہ انسان کی زندگی میں سے رزق میں اور وقت میں سے برکت اٹھالی جاتی ہے۔ چھوٹے چھوٹے کام بڑے بڑے مسئلے بن جاتے ہیں جس کام کی بھی انسان کوشش کرے وہ ادھورارہ جاتا ہے۔ ظاہر میں لگتا ہے کہ کام ہو جائے گا مگر عین وقت پر ہوتے ہوتے رہ جاتا ہے اور پریشانی و پیپانی کا سبب بنتا ہے۔ لوگ سمجھتے ہیں کہ کسی نے کچھ کر دیا ہے حالانکہ وہ اپنے نفس کی خباثت کی وجہ سے مصیبت میں مبتلا ہوتے ہیں۔ اپنی زبان سے اقرار کرتے ہیں کہ ایک وقت تھا کہ مٹی کو ہاتھ لگاتے تھے تو سونا بن جاتی تھی اب سونے کو ہاتھ لگاؤ تو وہ بھی مٹی بن جاتا ہے۔ معلوم ہوا کہ بد نظری کی وجہ سے انسان کی زندگی سے برکت اٹھالی جاتی ہے۔

بد نظری کرنے والے سے شیطان پر امید رہتا ہے

ایک بزرگ کی شیطان سے ملاقات ہوئی، انہوں نے شیطان لعین سے پوچھا کہ ایسے نقصان دہ عمل کی نشاندہی کرو جس کی وجہ انسان بآسانی تمہارے جال میں پھنس جاتا ہے۔ اس مردود نے جواب دیا کہ غیر محرم کی طرف شہوت کی نظر کرنا ایسا کام ہے کہ میں اس بندے سے پر امید رہتا ہوں کہ کبھی نہ کبھی اس کو گناہ میں ملوث کر کے اپنے جال میں پھنسالوں گا۔ جو لوگ نگاہیں نیچی رکھتے ہیں میرے بہت سے حربے ان پر کارگر ثابت نہیں ہوتے۔ میں نے چاروں سمتوں سے اولاد آدم کو بہکانے کی قسم کھائی ہوئی ہے۔ نیچے کی سمت محفوظ سمت ہے۔ جس نے نگاہیں جھکائے رکھیں اس نے مجھے ناامید کئے رکھا۔

بد نظری سے نیکی برباد / گناہ لازم

غیر محرم کی طرف للچائی نظروں سے دیکھنے والا عموماً جلد یا بدیر عشق مجازی میں گرفتار ہو جاتا ہے۔ وہ مخلوق کو اپنا محبوب بنالیتا ہے۔

بد نظری کرنے والا ملعون ہوتا ہے

حدیث پاک میں ہے: لَعَنَ اللهُ النَّاظِرَ وَالْمَنْظُورُ إِلَيْه: اللہ تعالیٰ لعنت برسائے دیکھنے والے پر اور دیکھنے کا موقع دینے والی پر۔ جو لڑکیاں بن سنور کر بے پردہ گلی بازاروں میں گھومتی پھرتی ہیں اور جو لوگ ان کی طرف للچائی نظروں سے دیکھتے ہیں وہ دونوں اللہ تعالیٰ کی لعنت کے مستحق بنتے ہیں۔ یہ کتنا نقصان عظیم ہے کہ بد نظری والے گناہ کے ارتکاب کے دوران انسان اللہ تعالیٰ کی رحمت سے دور ہوتا ہے اور لعنتیں برسنے کا موجب بنتا ہے۔ بد نظری والے گناہ سے توبہ کرنے میں دیر نہیں کر چاہئے ایسا نہ ہو کہ ادھر موت آئے اور ادھر رحمتوں کے بجائے لعنتیں برس رہی ہوں۔ خسر الدنیا والآخرۃ ذالك هو الخسران المبين یہ دنیا و آخرت کا خسارہ ہے اور واضح خسارہ ہے۔

بد نظری کو لوگ خفیف سمجھتے ہیں

بد نظری اگرچہ بہت بڑا گناہ ہے مگر اکثر لوگ اس کو خفیف سمجھتے ہیں۔ اس لئے بے دھڑک کرتے ہیں۔ یہ گناہ اول جوانی میں غلبہ شہوت کی وجہ سے کیا جاتا ہے پھر ایسا مرض اور روگ لگ جاتا ہے کہ لب گور تک نہیں جاتا۔ لہذا یہ گناہ ہلکا نہیں بلکہ انه من اعظم المصائب یہ بڑی مصیبتوں میں سے ایک ہے۔

بد نظری سے بد معاشی تک

حوادث کی ابتدا نظر سے ہوتی ہے جیسا کہ آگ اور شعلوں کی ابتدا ایک چنگاری سے ہوتی ہے۔ اس لئے شرمگاہ کی حفاظت کے لئے نظر کی حفاظت ضروری ہے۔ جو لوگ بد نظری کے مرتکب ہوتے ہیں وہی بد معاشی کا ارتکاب کرتے ہیں۔ جو لوگ اپنی نظروں کو آزاد چھوڑ دیتے ہیں ان کی شرمگاہ بھی بے قابو ہو جاتی ہے۔ پھر انسان کو برے کام کرنے پر مجبور کر دیتی ہے۔ پس معلوم ہوا کہ آنکھ ابتدا کرتی ہے اور شرمگاہ انتہا کرتی ہے۔

بد نظری سے جسم میں بدبو

یہ تو بہت مخرب چیز ہے کہ بد نگاہی سے کپڑوں میں تعفن یعنی بدبو پیدا ہو جاتی ہے۔ بد نظری کتنا مہلک مرض ہے کہ اس کا اثر فوری طور پر ظاہر ہوتا ہے حتی کہ جسم اور کپڑوں سے عجیب قسم کی مہلک بدبو آنے لگتی ہے۔ اس کے بالمقابل جو لوگ اپنی نگاہوں کو پاکیزہ بنالیتے ہیں اور پاک دامنی کی زندگی گزارتے ہیں ان کے جسموں سے خوشبو آتی ہے۔ عفت و پاک دامنی کی زندگی گزارنے والوں کے جسم میں خوشبو پیدا ہو جاتی ہے، جب کہ بد نگاہی اور فحاشی کے مرتکب ہونے والوں کے جسم سے بدبو آتی ہے۔ یورپ امریکہ کا سفر کرنے والے اس کا مشاہدہ کرتے ہیں کہ فرنگی لوگ دیکھنے میں گورے چٹے ہوتے ہیں، کپڑے صاف ستھرے ہوتے ہیں، مگر جہاز میں ساتھ والی سیٹ پر بیٹھ جائیں تو عجیب سی بدبو ان کے جسم سے آرہی ہوتی ہے۔

بد نظری کی نقد سزا

بد نظری کی ایک قسم یہ ہے کہ کسی مکان کے سوراخ، کھڑکی یا دروازے سے دیکھا جائے۔ حدیث پاک میں اسکی بہت وعید آئی ہے۔ یہاں تک کہ گھر والوں کو اختیار دیا گیا ہے کہ جھانکنے والی کی آنکھ پھوڑ دے۔

نبی علیہ السلام نے فرمایا: ان امرا اطلع علیك بغیر اذن فخذفته بخصات ففقات عینه ما کان علیك من جناح. اگر کوئی بغیر اجازت تمہارے گھر میں جھانکے تو تم اس کو کنکری اٹھا کر مارو جس سے اس کی آنکھ پھوٹ جائے تو تم پر کوئی گناہ نہیں۔

بد نظری کی وجہ سے قرآن بھول گیا

امام ابن جوزی رحمہ اللہ اپنی کتاب تلبیس ابلیس تحریر فرماتے ہیں کہ ابو عبد اللہ ابن اجلا کہتے ہیں کہ میں کھڑا ہوا ایک خوبصورت نصرانی لڑکی کو دیکھ رہا تھا اتنے میں ابو عبد اللہ بخی میرے سامنے سے گزرے پوچھا کیسے کھڑے ہو؟ میں نے کہا! آپ اس خوبصورت چہرے کو دیکھتے ہیں اسے کیوں کر آتش دوزخ میں عذاب دیا جائے گا۔ انہوں نے اپنے دونوں ہاتھ میرے شانوں کے درمیان مارے اور کہا کہ اس بد نظری کا نتیجہ تمہیں ملے گا۔ اگر چہ کچھ مدت گزر جائے، میں نے، چالیس برس کے اس گناہ کی نحوست دیکھی کہ قرآن مجید مجھ کو یاد نہ رہا۔ ابو الادیان کہتے ہیں کہ میں اپنے استاد ابو بکر دقاق کے ساتھ جارہا تھا۔ ایک نو عمر لڑکے کے چہرے پر میری للچائی نظر پڑی تو شیخ نے فوراً بھانپ لیا۔ فرمایا کہ تم اس کا نتیجہ پاؤ گے۔ میں کچھ عرصے کے بعد قرآن بھول گیا۔

بد نظری اور تصاویر

بد نظری کی ایک قسم وہ برہنہ تصاویر دیکھنا ہے جو اخباروں اور کتابوں کی زینت بنتی ہیں یا جنسی مضامین پر مشتمل رسالوں کے سرورق پر چھپتی ہیں۔ فلموں اور ڈراموں میں کام کرنے والی عورتوں کی تصاویر دیکھنا، ٹی وی اناؤنسری کو خبریں سننے کے بہانے دیکھنا یا گرل فرینڈ، بوائے فرینڈ کی تصویر چھپا کر رکھنا اور تنہائی میں گھنٹوں للچائی نظروں سے دیکھنا یا انٹرنیٹ پر پیشہ ور لڑکیوں کی ننگی تصاویر دیکھنا سب کا سب حرام ہے۔ بعض لوگ شادی بیاہ کے موقع پر مخلوط محفلوں کی تصاویر اپنے پاس

رکھتے ہیں اور دیکھتے دکھاتے ہیں۔ تصاویر دیکھنا زندہ آدمی کو دیکھنے سے زیادہ نقصان دہ ہے۔ راہ چلتے غیر محرم کے خدوخال کو اتنا باریک بینی سے نہیں دیکھا جاسکتا جتنا تصاویر کے ذریعے دیکھنا ممکن ہے۔

بعض جاہل لوگ کہتے ہیں کہ ہم خوبصورت شکلوں صورتوں کو دیکھ کر اللہ تعالیٰ کی عظمت کا مشاہدہ کرتے ہیں۔ یہ محض دھوکہ اور شیطانی تلبیس ہے۔ اللہ تعالیٰ نے کتنی جائز اور حلال چیزیں ایسی بنائی ہیں جو اس کی قدرت کا شاہکار ہیں۔ پھولوں کے رنگ برنگ ڈیزائن دیکھیں۔ اس کی نزاکت پر غور کریں۔ اس کی خوشبو سونگھ کر دیکھیں کہ کیسے دماغ معطر کر دیتی ہیں پھلوں کی بناوٹ اور ان کی شیرینی پر غور کریں۔ دریاؤں، آبشاروں مرغزاروں کو دیکھیں۔ زمیں کی وسعتیں آسمان کی رفعتیں انسان کو اپنے اوپر غور کرنے کی دعوت دیتی ہیں۔ رب کریم نے ارشاد فرماتا ہے: أَفَلَا يَنظُرُونَ إِلَى الْإِبِلِ كَيْفَ خُلِقَتْ وَإِلَى السَّمَاءِ كَيْفَ رُفِعَتْ وَإِلَى الْجِبَالِ كَيْفَ نُصِبَتْ وَإِلَى الْأَرْضِ كَيْفَ سُطِحَتْ کیا نہیں دیکھتے اونٹ کی طرف کہ کیسے پیدا کیا گیا اور آسمان کی طرف کہ کیسے بلند کیا گیا اور پہاڑوں کی طرف کیسے گاڑے گئے اور زمین کی طرف کہ کیسے پھیلائی گئی۔ کیا ہوا میں اڑتے خوبصورت پرندے اور پانی میں تیرتی رنگ برنگی مچھلیاں غور کرنے کے لئے کم ہیں؟ فقط انسانوں کے چہرے ہی دیکھنے کے لئے رہ گئے ہیں۔ یہ سب عذر لنگ ہے اور عذر گناہ بدتر از گناہ کی مانند ہے۔

ایک شخص کے سامنے ایک مرتبہ ایسے ہی کسی دل کے ہاتھوں مجبور شخص نے یہی عذر کیا کہ حضرت ہم تو خوبصورت چہروں کو اس لئے دیکھتے ہیں کہ اللہ تعالیٰ کی صناعی اور قدرت ظاہر ہوتی ہے۔ اس نے اسے بڑا عبرت انگیز جواب دیا فرمایا پھر تم اپنی والدہ کی شرمگاہ کو دیکھا کرو کہ کس طرح ایک چھوٹے سے راستے سے تمہارے جیسے شخص کو پیدا کیا۔

بد نظری کی نحوست

حضرت عثمان غنی رضی اللہ عنہ کی خدمت میں ایک شخص آیا جس کی نگاہ نے راستے میں خطا کی تھی آپ نے اس کی آنکھوں کو دیکھتے ہی پہچان لیا اور فرمایا: اس قوم کو کیا ہو گیا ہے بے محابا ہمارے پاس چلے آتے ہیں حالانکہ ان کی آنکھوں سے زنا لپکتا ہے وہ شخص حیران رہ گیا اور پوچھنے لگا کہ کیا ابھی بھی وحی کا سلسلہ جاری ہے۔ آپ نے فرمایا نہیں، یہ تو مومن کی فراست ہے: اِتَّقُوا فِرَاسَةَ الْمُؤْمِنِ فَإِنَّهُ يَنظُرُ بِنُورِ اللهِ (مؤمن کی فراست سے ڈرو کیونکہ وہ اللہ کے نور سے دیکھتا ہے)۔

اہل کشف نے لکھا ہے کہ بد نظری سے آنکھوں میں ایسی ظلمت پیدا ہو جاتی ہے کہ جس کو بصیرت والا شخص پہچان لیتا ہے۔ جب کہ عفیف اور متقی شخص کی آنکھوں میں نور ہوتا ہے۔

بد نظری کا عبرتناک انجام

ابن جوزی رحمہ اللہ نے لکھا ہے کہ مصر کی جامع مسجد کا مؤذن مینار پر اذان دینے کے لئے چڑھا۔ ہمسائے کی چھت پر نظر پڑی تو ایک خوبصورت نصرانی لڑکی نظر آئی۔ سوچا کہ نئے کرایہ دار معلوم ہوتے ہیں اذان کے بعد تعارف کروں گا۔ اذان دے کر ہمسائے کے دروازے پر پہونچا۔ دستک دینے پر لڑکی کے والد سے ملاقات ہوئی۔ دوران گفتگو پتہ چلا کہ لڑکی کنواری ہے۔ مؤذن نے کہا کہ میں اس سے شادی کرنا چاہتا ہوں۔ لڑکی کے والد نے کہا کہ ہمارا مذہب قبول کر لو۔ ہم شادی کر دیں گے۔ اس مؤذن کے دل پر شہوت کا ایسا بھوت سوار تھا کہ اس نے ہاں کر دی۔ لڑکی کے والد نے کہا آپ اوپر چھت پر آئیں۔ بیٹھ کر تفصیل سے بات کرتے ہیں۔ مؤذن سیڑھیاں چڑھنے لگا کہ درمیان میں پاؤں پھسلا تو یہ گردن کے بل گرا اور جان نکل گئی۔ ارشاد باری تعالیٰ ہے: يَعْلَمُ خَائِنَةَ الْأَعْيُنِ وَمَا تُخْفِي الصُّدُورِ: جانتا ہے آنکھوں کی خیانت کو اور جو دلوں میں چھپاتے ہیں۔ اس آیت میں بد

نظری کے گناہ ہونے کا تذکرہ تو فرمایا مگر کوئی معین و مقرر سزا نہیں بیان کی گئی۔ اس میں راز یہ ہے کہ لوگ دو طرح کے ہوتے ہیں:

1. ایک بے حس لوگ لاتوں کے بھوت ہوتے ہیں جو باتوں سے نہیں بلکہ جوتوں سے ہی مانتے ہیں۔ ان کو دھمکی دی گئی ہے کہ ہم آنکھوں کی خیانت کو جانتے ہیں۔ اگر تم لوگ باز نہ آئے تو خوب سزا دیں گے۔

چوریاں آنکھوں کی اور سینوں کے راز   جانتا ہے سب کو تو اے بے نیاز

2. دوسرے حساس لوگ ہوتے ہیں ان کو پتہ چل جائے کہ ہمارے آقا کو ہمارے کرتوت کی خبر ہو گئی تو شرم کے مارے گڑ جاتے ہیں۔ تو اس آیت میں ان کو شرم دلا دی گئی۔ ان کے لئے اتنا ہی کافی تھا۔ بد نظری کرنے پر ہر شخص کو اس کی طبیعت کے مطابق سزا دی جائے گی۔

بد نظری کا اثر دل پر

دل کا گناہ نظر بازی سے وجود میں آتا ہے۔ بہت سے لوگ غیر محرم عورتوں اور نو عمر لڑکوں کو لچائی نظروں سے دیکھتے ہیں تو دل میں ان کے نقش نین کی چھاپ لگ جاتی ہے۔ پھر وہ اپنی خلوتوں میں سوچ اور خیال کے ذریعے ان سے شہوت پوری کرنے کے مزے لیتے ہیں۔ یہ دل کا گناہ آنکھوں کے گناہ سے شدید تر ہے۔ فقہاء نے لکھا ہے کہ اگر کوئی شخص اپنی بیوی سے ہمبستری کرے مگر تصور میں کسی غیر عورت کا خیال لائے تو اسے زنا کرنے کا گناہ ہو گا۔ جیسا کہ شیخ عبد الحق محدث دہلوی رحمہ اللہ فرماتے ہیں: والقلب يهوى: بفتح الواو أي: يحب، ويشتهي ويتمنى، ويصدق ذلك أي: ما ذكر من المقدمات أي: ما تتمناه النفس، وتدعو إليه الحواس، وهو الجماع۔

بد نظری اور بے نور چہرہ

بد نظری کے اثرات میں سے ایک یہ بھی ہے کہ چہرے کو بے نور کر دیا جاتا ہے۔ حدیث پاک میں آیا ہے: عَنْ أَبِي أُمَامَةَ عَنِ النَّبِيِّ ﷺ قَالَ لَتَحُضَّنَّ أَبْصَارَكُمْ أَوْ لَتَحْفَظَنَّ فُرُوجَكُمْ أَوْ لَيَكْسِفَنَّ اللهُ وُجُوهَكُمْ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم کا ارشاد ہے کہ یا تم اپنی نگاہیں نیچی رکھو گے اور اپنی شرمگاہوں کی حفاظت کرو گے یا پھر اللہ تعالیٰ تمہاری صورتیں بدل دے گا۔ شکل بدلنے کی ابتداہی ہے کہ چہرے کو بے نور کر دیا جائے، خوبصورتی کے باوجود چہرہ بے رونق ہو۔

بد نظری سے پرہیز کا انعام

جو شخص اپنی نگاہوں کی حفاظت کرے اسے آخرت میں دو انعام ملیں گے۔

1. ایک تو ہر نگاہ کی حفاظت پر اسے اللہ کا دیدار نصیب ہو گا۔
2. دوسرا انعام یہ کہ ایسی آنکھیں قیامت کے دن رونے ایسی سے محفوظ رہیں گی۔

حدیث پاک میں ہے رُوِيَ عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللهُ عَنْهُ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللهِ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ كُلُّ عَيْنٍ بَاكِيَةٍ يَوْمَ الْقِيَامَةِ إِلَّا عَيْنٌ غَضَّتْ عَنْ مَحَارِمِ اللهِ وَعَنْ يَهْدِتُ فِي سَبِيلِ اللهِ وَعَيْنٌ خَرَجَ مِنْهَا مِثْلُ رَأْسِ الذُّبَابِ مِنْ خَشْيَةِ اللهِ (نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا کہ ہر آنکھ قیامت کے دن روئے گی سوائے اس آنکھ کے جو خدا کی حرام کردہ چیزوں کو دیکھنے سے بند رہے۔ اور وہ آنکھ جو خدا کی راہ میں جاگتی رہے اور وہ آنکھ جو خدا کے خوف سے روئے گو اس میں سے مکھی کے سر کے برابر آنسو نکلے)۔

بد نظری میں غایت احتیاط

بد نظری والے گناہ سے بچنے کے لئے ہر ممکن احتیاط کرنی چاہئے۔ مردوں کے لئے فقط غیر محرم عورتوں کو دیکھنے کی بات ہی نہیں۔ اگر محرم عورت کو دیکھنے سے شہوت ابھرے تو اس کی طرف بھی نہ دیکھے۔ نو عمر لڑکوں کی طرف بھی نہ دیکھے بلکہ اگر کسی مرد کے چہرے کو دیکھ کر گناہ کا خیال پیدا ہو تو اس کے چہرے کو دیکھنے سے بھی پرہیز کرے۔ یہی معاملہ عورتوں کا ہے کہ ان کے لئے فقط غیر مرد کو دیکھنا ہی منع نہیں بلکہ اگر کسی لڑکی کا چہرہ دیکھ کر دل میں چھپی شہوت بیدار ہوتی ہے تو اس کی طرف بھی نہ دیکھے۔ حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ منع فرمایا کرتے تھے کہ آدمی کسی نو عمر لڑکے کو نظر جما کر دیکھے۔

ہمارے مشائخ نے فرمایا کہ تم نو عمر لڑکوں کے ساتھ نہ بیٹھو کیونکہ ان کا فتنہ دوشیزہ لڑکیوں کے فتنے سے بھی زیادہ ہے۔ اس میں حکمت یہ ہے کہ غیر لڑکی کے ساتھ بیٹھنے میں تو کئی رکاوٹیں ہوتی ہیں مگر نو عمر لڑکے کے ساتھ بیٹھنے میں کوئی رکاوٹ نہیں ہوتی لہذا فتنے کا اندیشہ زیادہ ہے۔ اسی پر قیاس کرنا چاہئے کہ عورت کے لئے مرد تک پہنچنے میں کئی روکاوٹیں ہوتی ہیں مگر ایک عورت کے لئے دوسری عورت کے پاس بیٹھنا تو آسان ہوتا ہے۔ لہذا اگر عورت دل میں خطرہ محسوس کرے کہ فلاں عورت کے پاس بیٹھنے میں گناہ میں ملوث ہونے کا ڈر ہے تو اس سے اسی طرح دور رہے جیسے مرد سے دور رہتی ہے حتی کہ اس کے چہرے کی طرف بھی نظر نہ اٹھائے۔ زیادہ گفتگو سے بھی پرہیز کرے۔

قدم قدم پہ یہاں احتیاط لازم ہے
کہ منتظر ہے یہ دنیا کسی بہانے کی

بد نظری سے ہاتھی بھی پھسل جاتا ہے

جس شخص کو بد نظری کی عادت پڑ جائے وہ شرمگاہ کی حفاظت کبھی نہیں کر سکتا۔ شیطان عجیب انداز سے دھوکہ دیتا ہے کہ تم فقط دیکھتے ہو کرتے تو کچھ نہیں۔ حالاں کہ یہ دیکھنا ہی تو کرنے کا مقدمہ ہے۔ ظاہر میں انسان جتنا بھی صاحب استقامت (ہاتھی) ہو اگر بد نظری سے نہیں بچے گا تو ایک دن ضرور پھسل جائے گا۔

بد نظری کے تین بڑے نقصانات

بد نظری سے انسان کے اندر نفسانی خواہشات کا طوفان اٹھ کھڑا ہوتا ہے اور انسان اس سیلاب کی رو میں بہہ جاتا ہے۔ اس سے تین بڑے نقصانات وجود میں آتے ہیں۔

(1) بد نظری سے انسان کے دل میں خیالی محبوب کا تصور پیدا ہو جاتا ہے۔ حسین چہرے اس کے دل و دماغ پر قبضہ کر لیتے ہیں۔ وہ شخص جانتا ہے کہ میں ان حسین شکلوں تک رسائی حاصل نہیں کر سکتا مگر اس کے باوجود تنہائیوں میں ان کے تصور سے لطف اندوز ہوتا۔ بعض مرتبہ تو گھنٹوں ان کے ساتھ خیال کی دنیا میں باتیں کرتا ہے۔ معاملہ اس حد تک بڑھ جاتا ہے کہ تم مرے پاس ہوتے ہو گویا جب کوئی دوسرا نہیں ہوتا۔

بد نظری کے ساتھ ہی شیطان انسان کے دل و دماغ پر سوار ہو جاتا ہے اور اس شخص سے دل اور شیطانی حرکتیں کروانے میں جلدی کرتا ہے۔ جس طرح ویران اور خالی جگہ پر تند و تیز آندھی اپنے اثرات چھوڑتی ہے۔ اسی طرح شیطان بھی اس شخص کے دل پر اپنے اثرات چھوڑتا ہے تاکہ اس کے دل میں دیکھی ہوئی صورت کو خوب آراستہ و مزین کر کے اس کے سامنے پیش کرے اور اس کے سامنے ایک خوبصورت بت بنا دے۔ ایسے شخص کا دل رات و دن اس طرف میں لگا رہتا ہے۔ وہ خام

آرزوں اور تمناؤں میں الجھا رہتا ہے۔ اس کا نام شہوت پرستی، خواہش پرستی ہے۔ ارشاد باری تعالیٰ ہے: وَلَا تُطِعْ مَنْ اَغْفَلْنَا قَلْبَهٗ عَنْ ذِكْرِنَا وَاتَّبَعَ هَوٰىهُ وَكَانَ اَمْرُهٗ فُرُطًا اور اس کا کہنا نہ مان جس کا دل ہم نے اپنی یاد سے غافل کر دیا اور وہ اپنی خواہش کی پیروی کرتا ہے اور اس کا کام حد سے بڑھ گیا ہے ان خیالی محبوبوں سے جان چھڑائے بغیر نہ تو ایمان کی حلاوت نصیب ہوتی ہے نہ قرب الٰہی کی ہوا لگتی ہے۔

(2) بد نظری کا دوسرا نقصان یہ ہے کہ انسان کا دل و دماغ متفرق چیزوں میں بٹ جاتا ہے۔ یہاں تک کہ وہ اپنے مصالح و منافع کو بھول جاتا ہے۔ گھر میں حسین و جمیل نیکوکار اور وفادار بیوی موجود ہوتی ہے مگر اس شخص کا دل بیوی کی طرف مائل ہی نہیں ہوتا۔ بیوی اچھی نہیں لگتی دل ذرا ذرا سی بات پر اس سے الجھتا ہے، گھر کی فضا میں بے سکونی پیدا ہو جاتی ہے، جب کہ یہی شخص بے پردہ گھومنے والی عورتوں کو اس طرح للچائی نظروں سے دیکھتا ہے جس طرح شکاری کتا اپنے شکار کو دیکھتا ہے۔ بسا اوقات تو اس شخص کا دل کام کاج میں بھی نہیں لگتا۔ اگر طالب علم ہے تو اس کو پڑھائی کے سوا ہر چیز اچھی لگتی ہے۔ اگر تاجر ہے تو کاروبار سے دل اکتا جاتا ہے، کئی گھنٹے سوتا ہے مگر پر سکون نیند سے محروم رہتا ہے، دیکھنے والے سمجھتے ہیں کہ سویا ہوا ہے جب کہ وہ خیالی محبوب کے تصور میں کھویا ہوا ہوتا ہے۔

(3) بد نظری کا تیرا نقصان یہ ہے کہ دل حق و باطل اور سنت و بدعت میں تمیز کرنے سے اور دین کے علوم و معارف سے محروم ہو جاتا ہے۔ قوت بصیرت چھن جاتی ہے۔ گناہ کے کام میں اس کو گناہ نظر نہیں آتا۔ پھر ایسی صورتحال میں دین کے متعلق شیطان اس کو شکوک و شبہات میں مبتلا کر دیتا ہے۔ نیک لوگوں سے بدگمانیاں پیدا ہوتی ہیں حتی کہ اسے دینی شکل و صورت والے لوگوں سے ہی نفرت ہو جاتی ہے۔ وہ باطل پہ ہوتے ہوئے بھی اپنے آپ کو حق پر سمجھتا ہے اور بالآخر ایمان سے محروم ہو کر دنیا سے جہنم رسید ہو جاتا ہے۔

بد نظری سے متعلق اقوال سلف

(1)حدیث پاک میں ہے کہ نبی علیہ السلام نے ارشاد فرمایالَعَنَ اللہُ النَّاظِرَ وَالمَنْظُورَ اِلَیْہِ اللہ تعالیٰ لعنت کرتا ہے بد نظری کرنے والے مرد اور بد نظری کرنے والی عورت پر۔

(2)حضرت داؤد علیہ السلام نے اپنے بیٹے کو نصیحت فرمائی کہ شیر اور سانپ کے پیچھے چلے جانا مگر کسی عورت کے پیچھے ہر گز نہ جانا(مقصد یہ ہے کہ شیر اور سانپ پلٹ آیا تو موت کے منہ میں چلے جاؤ گے اگر عورت پلیٹ آئی تو جہنم کے منہ میں چلے جاؤ گے)۔

(3)حضرت یحیی بن زکریا علیہ السلام سے لوگوں نے پوچھا کہ زنا کی ابتداء کہا سے ہوتی ہے؟ فرمایا، آنکھوں سے۔

(4)حضرت عمر فاروق رضی اللہ عنہ نے فرمایا کہ اگر دو بوسیدہ ہڈیاں بھی خلوت میں تنہا ہوں تو ایک دوسرے کا قصد کریں گی(بوسیدہ ہڈیوں سے مراد بوڑھا مرد اور بوڑھی عورت ہے)۔

(5)حضرت سعید بن المسیب رحمۃ اللہ علیہ نے فرمایا کہ جب تم کسی کو دیکھو کہ وہ نو عمر لڑکے کی طرف نظر جما کر دیکھ رہا ہے تو سمجھ لو کہ دال میں کچھ کالا ہے۔

(6)فتح موصلی رحمۃ اللہ علیہ فرمایا کرتے تھے کہ میں ان مشائخ سے ملا ہوں جو ابدال شمار کئے جاتے تھے ہر ایک نے مجھے رخصت کے وقت وصیت کی کہ نو عمروں کی ہم نشینی سے بچتے رہنا۔

(7)ابن ظاہر مقدسی کہتے ہیں کہ جس شخص کی شہوت کسی مرد کو دیکھنے سے بھڑکے تو اس کے لئے اس مرد کو دیکھنا حرام ہے۔

(8)امام غزالی رحمۃ اللہ علیہ فرمایا کرتے تھے کہ مجھ پر پھاڑ کھانے والا شیر چھٹے تو میں اتنا نہیں ڈرتا جتنا نو عمر لڑکوں کی ہم نشینی سے ڈرتا ہوں۔

(9) حضرت مجدد الف ثانی رحمۃ اللہ علیہ اپنے مکتوبات میں لکھتے ہیں کہ جس شخص کی نظر قابو میں نہیں اس کا دل قابو میں نہیں اس کی شرمگاہ قابو میں نہیں رہے گی۔

بد نظری کا علاج

دور حاضر میں انٹرنیٹ، ٹی وی اور وی سی آر کی وجہ سے گھر گھر میں فلمیں ڈرامے عام ہو گئے ہیں، عریانی فحاشی کا سیلاب امڈ آیا ہے، جو ان العمر عورتیں بن ٹھن کر بے پردہ گلی بازاروں میں گھومتی پھرتی ہیں، اشتہار بازی کے نام پر سڑکوں کے اطراف میں عورتوں کی جاذب نظر تصاویر آویزاں ہیں ،اخبار در سائل میں پر کشش تصاویر عام کی بات ہے، ایسے حالات میں نوجوان تو کیا بوڑھوں کے لئے بھی نظر کی حفاظت ایک مصیبت بن گئی ہے، کوشش کے باوجود اس سے نجات کی صورت نظر نہیں آتی، جن لوگوں کے دلوں میں ہدایت کا نور موجود ہے وہ اس گناہ کے صادر ہونے پر اندر ہی اند کڑھتے رہتے ہیں، سالکین طریقت اپنے مشائخ سے بد نظری کا علاج معلوم کرتے ہیں تا کہ اس بیماری سے شفا نصیب ہو، ضروری معلوم ہوتا ہے کہ قرآن وسنت کی روشنی میں اس بیماری سے شفایاب ہونے کے چند مجرب نسخے پیش کر دیئے جائیں تا کہ نگاہیں حرام سے ہٹ کر حلال کی طرف متوجہ ہو جائیں شہوت کی بھڑکتی آگ کے شعلے ٹھنڈے ہوں، پاکیزگی اور پاک دامنی کی زندگی گزارنی آسان ہو جائے۔

قرآن مجید کی روشنی میں

بد نظری سے بچنے کے لئے قرآن مجید کی روشنی میں سات نسخے درج ذیل ہیں:

- **ارشاد باری تعالیٰ ہے:** قُلْ لِّلْمُؤْمِنِيْنَ يَغُضُّوْا مِنْ اَبْصَارِهِمْ وَيَحْفَظُوْا فُرُوْجَهُمْ: ایمان والوں سے کہہ دیجئے کہ اپنی نگاہیں نیچی رکھیں۔

بد نظری کا سب سے بہترین علاج اپنی نگاہوں کو پست رکھنا ہے، پس سالک کو چاہئے کہ گلی کوچہ بازار میں چلتے ہوئے اپنی نگاہیں نیچی رکھنے کی عادت بنائے، پیدل چل رہا ہو تو سڑک پر نظر رکھے، سواری پے ہو تو نگاہ اتنی اٹھائے کہ دوسری سواریاں اور راہ گیروں کے گزرنے کا پتہ چلتا رہے، کسی کے چہرے کی طرف نظر نہ اٹھائے چونکہ فتنے کا مبتدا یہی ہوتا ہے، اگر نظر خطا کرے تو استغفار پڑھے اور پھر نگاہیں نیچی کرے، اس عادت کو اپنانے کے لئے کوشش کرتا رہے حتی کہ یہ زندگی کا حصہ بن جائے، اگر دفتری کام کے سلسلے میں یا خرید و فروخت کے معاملے میں کسی عورت سے حسب ضرورت بات کرنی پڑے تو اس کے چہرے کی طرف نظر نہ کرے، جس طرح دو ناراض بندے مجبوری میں ایک دوسرے سے بات کریں بھی تو چہروں پر نظر نہیں ڈالتے، آنکھ سے آنکھ نہیں ملاتے اسی طرح ذہن میں خیال رکھے کہ غیر محرم سے میری اللہ تعالیٰ کے لئے ناراضگی ہے لہذا اس کے چہرے کو نہیں دیکھنا۔

- **ارشاد باری تعالیٰ ہے:** فَانْكِحُوا مَا طَابَ لَكُمْ مِنَ النِّسَاءِ: نکاح کرو عورتوں سے جو تمہیں بھلی لگتی ہوں۔

جتنا جلدی ممکن ہو سکے دیندار، فرماں بردار، حسن و جمال والی لڑکی سے شادی کرے تا کہ اس سے جنسی ضرورت پوری ہو سکے، جو انسان بھوکا ہو وہ چاہے کہ میں نفلیں پڑھ لوں تا کہ بھوک اتر جائے تو اس کو اپنا علاج کروانا چاہئے، بھوک کا علاج یہ ہے کہ روٹی کھائے اور اللہ تعالیٰ سے بھوک اترنے کی دعا کرے، اسی طرح نظر کو پاکیزہ رکھنے کا طریقہ یہ ہے کہ شادی کر لے، اور اللہ تعالیٰ سے پاکیزہ نظر حاصل ہونے کی دعا کرے، جب موقع ملے تو اپنی بیوی کے چہرے کو محبت کی نظر سے دیکھے، اللہ تعالیٰ کا شکر ادا کرے کہ اگر یہ نعمت نہ ملتی تو کتنی مصیبت ہوتی، جو شوقیہ نظریں گلی کوچہ بازار میں چلنے والی بے پردہ عورتوں پر ڈالتا ہے وہ اپنی بیوی پر ڈالے، بیوی کو صاف ستھرا رہنے کی تلقین کرے، اچھے کپڑے لا کر دے، جو کچھ دوسری عورتوں کے پاس ہے وہی سب کچھ بیوی کے پاس ہے، دل میں

سوچے کہ اگر میں غیر محرم کی طرف دیکھوں گا تو اللہ تعالیٰ ناراض ہو گا اور اگر بیوی کو دیکھوں گا تو وہ راضی ہو گا، حدیث پاک میں ہے: جو شخص اپنی بیوی کو مسکراتا ہوا دیکھتا ہے اور بیوی خاوند کو مسکرا کر دیکھتی ہے تو اللہ تعالیٰ ان دونوں کو مسکر کر دیکھتا ہے ، حلال کو جی بھر کر دیکھے تا کہ حرام کی طرف میلان ہی نہ ہو ، جب بھی نفس غیر محرم کی طرف دیکھنے کی خواہش کرے تصور میں اپنی بیوی کا چہرہ لے آئے ، گناہ کا خیال دل سے دور ہو جائے گا۔

- **ارشاد باری تعالیٰ ہے:** اِنَّ الَّذِیْنَ اتَّقَوْا اِذَا مَسَّهُمْ طٰٓىِٕفٌ مِّنَ الشَّیْطٰنِ تَذَكَّرُوْا فَاِذَاهُمْ مُّبْصِرُوْنَ: بیشک پرہیز گاروں کو جب شیطان کی طرف سے کوئی خیال آتا ہے تو وہ (حکمِ خدا) یاد کرتے ہیں پھر اسی وقت ان کی آنکھیں کھل جاتی ہیں۔

اس آیت مبارکہ سے یہ راز کھلتا ہے کہ جب بھی انسان پر حملہ آور ہو اور دل میں گناہ کا وسوسہ ڈالے تو ذکر کے ذریعہ سے اپنا دفاع کرے ، چنانچہ بازار میں سے گزرتے ہوئے ذکر کا اہتمام کرے ، ہو سکے تو ہاتھ میں تسبیح رکھ لے ، غفلت گناہ کا مقدمہ ہے ، ذکر کے ذریعہ غفلت دور کرے ، ذکر کا نور رفتہ رفتہ دل میں ایسا سرور پیدا کرتا ہے کہ غیر کی طرف آنکھ اٹھا کر دیکھنے کو جی نہیں چاہتا۔

- **ارشادی باری تعالیٰ ہے:** اَلَمْ یَعْلَمْ بِاَنَّ اللّٰهَ یَرٰى (کیا جانتے نہیں کہ اللہ دیکھ رہا ہے)۔

سالک کا نفس جب بھی نا محرم کی طرف دیکھنے کا تقاضا کرے تو فوراً سوچے کہ اللہ مجھے دیکھ رہا ہے ، نگاہ قابو میں رکھنی آسان ہو جائے گی ، اس کی مثال یوں سمجھیں کہ اگر اس عورت کا باپ یا خاوند ہماری طرف دیکھ رہا ہو تو کیا ہماری نظریں اس حال میں اس عورت کے چہرے کی طرف اٹھ سکیں گی ، ہمیں جھجک محسوس ہو گی کہ اس عورت کا باپ یا خاوند ہم سے سخت ناراض ہو گا ، اسی طرح یہ سوچنا چاہئے کہ جب اللہ تعالیٰ ہمیں دیکھ رہا ہے اور منع فرمایا ہے کہ ہم غیر محرم کی طرف نظر نہ اٹھائیں ، اس کے باوجود اگر ہم دیکھیں گے تو یقیناً پروردگار عالم کو جلال آئے گا ، اگر پکڑ کر لی تو ہمارا کیا بنے گا۔

- **ارشاد باری تعالیٰ ہے:** وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا: جو ہماری راہ میں مجاہدہ کرتے ہیں ہم ضرور اسے اپنا راستہ دکھاتے ہیں۔

مفسرین کرام نے لکھا ہے کہ شریعت پر عمل کی خاطر نفس کے خلاف کام کرنے کو مجاہدہ کہتے ہیں، یہ حقیقت ہے کہ مجاہدے سے مشاہدہ نصیب ہوتا ہے، لہذا جب بھی نفس غیر محرم کی طرف دیکھنے کا تقاضا کرے تو اپنی قوت ارادی سے اس کے خلاف کرے، ذہن میں یہ رکھے کہ اس مجاہدے کے بدلے مجھے محبوب حقیقی کا مشاہدہ نصیب ہوگا، ویسے بھی یہ مجاہدہ چند لمحوں کا ہوتا ہے جب کہ مشاہدے کی لذت ہمیشہ کے لئے ہوگی، یاد رکھیں کہ ضبط نفس کے نور سے دل بہت جلدی صاف ہوتا ہے، تسبیح کے دانے اس کا مقابلہ نہیں کرسکتے، ہمت ہارنے سے مسئلہ حل نہیں ہوتا ہمت کرنے سے مسئلہ حل ہوگا، پس اپنے نفس پر جبر کرے اور اسے شریعت کی لگام ڈالے تاکہ قیامت کے دن سعادت کا ہار پہننا نصیب ہو۔

- **ارشاد باری تعالیٰ ہے** اِنَّ اللّٰهَ يَاْمُرُكُمْ اَنْ تُؤَدُّوا الْاَمٰنٰتِ اِلٰٓى اَهْلِهَا: (اللہ تعالیٰ حکم دیتا ہے کہ امانتیں امانت والوں کو پہنچادو)۔

مالک اپنے ذہن میں یہ خیال جمائے کہ میری آنکھیں اللہ تعالیٰ کی دی ہوئی امانت ہیں، مجھے اس امانت کو حکم الہی کے مطابق استعمال کرنا ہے، اگر اس کے خلاف کیا تو امانت میں خیانت کا مرتکب ہوگا، عام دستور ہے کہ جو بندہ ایک مرتبہ امانت میں خیانت کا مرتکب ہو تو دوسری مرتبہ اس کو امانت سپرد نہیں کی جاتی، ایسا نہ ہو کہ میں دنیا میں اللہ تعالیٰ کی دی ہوئی بینائی کو غیر محرم کے دیکھنے میں استعمال کروں اور قیامت کے دن مجھے بینائی واپس ہی نہ کی جائے، اگر اس دن اندھا کھڑا کر دیا تو کیا بنے گا۔

قرآن مجید سے ثابت ہے کہ اللہ تعالیٰ قیامت کے دن کچھ لوگوں کو اندھا کھڑا کرے گا اور وہ پوچھیں گے کہ: رَبِّ لِمَ حَشَرْتَنِيْٓ اَعْمٰى وَقَدْ كُنْتُ بَصِيْرًا (اے رب مجھے اندھا کیوں کھڑا کیا حالانکہ میں تو بینا

تھا)۔ یہ بات بھی غور طلب ہے کہ ہم دنیا میں ایسے وقت میں پیدا ہوئے ہیں کہ اللہ تعالیٰ کے محبوب کی زیارت نہیں کر سکے، اگر قیامت کے دن اندھے کھڑے کئے گئے تو اس دن بھی محبوب خدا صلی اللہ علیہ وسلم کا دیدار نہیں کر سکیں گے، اللہ تعالیٰ اس دہری محرومی سے ہم سب کو بچائے، لہذا نگاہوں کا ٹھیک استعمال کرنا ضروری ہے تاکہ قیامت کے دن یہ امانت دوبارہ نصیب ہو جائے۔

- **ارشاد باری تعالیٰ ہے:** اَلَمۡ یَاۡنِ لِلَّذِیۡنَ اٰمَنُوۡۤا اَنۡ تَخۡشَعَ قُلُوۡبُهُمۡ لِذِکۡرِ اللّٰهِ وَ مَا نَزَلَ مِنَ الۡحَقِّ: کیا ایمان والوں کیلئے ابھی وہ وقت نہیں آیا کہ ان کے دل اللہ کی یاد اور اس حق کے لیے جھک جائیں جو نازل ہوا ہے۔

بندے کا نفس جب بھی بد نظری کا ارتکاب کرنا چاہے تو فوراً دل میں اس آیت کا مضمون سوچے کہ کیا ایمان والوں کے لئے ابھی وقت نہیں آیا کہ ان کے دل ڈر جائیں، جب جب نظر اٹھانے کو جی چاہے تب تب اپنے آپ کو مخاطب کر کے کہے، کیا ایمان والوں کے لئے ابھی اللہ تعالیٰ سے ڈر جانے کا وقت نہیں آیا، ہر نظر پہ یہ مضمون سوچتا رہے اور اللہ تعالیٰ سے مدد مانگتا رہے اللہ تعالیٰ اپنا ڈر عطا فرمائے گا، اور بد نظری سے سچی توبہ نصیب ہو جائے گی۔

حدیث پاک کی روشنی میں

نبی علیہ السلام نے نظر کی حفاظت کے متعلق بہت تاکید فرمائی۔ انسانی چہرے کی کشش تو اپنی جگہ نبی علیہ السلام نے تو جانوروں کی شرمگاہ دیکھنے سے بھی منع فرمایا۔ نظر کو شیطان کے زہر آلود تیروں میں سے ایک تیر کہا۔ حدیث پاک پر غور کرنے سے دو اہم نسخے بد نظری کے علاج سے متعلق نظر آتے ہیں جو درج ذیل ہیں۔

❖ **نبی علیہ السلام نے ارشاد فرمایا** کہ اگر کسی غیر محرم پر اچانک نظر پڑ جائے اور اس کا حسن و جمال دل میں اتر جائے تو چاہیئے کہ گھر آ کر اپنی بیوی سے ہمبستری کرے۔ جو کچھ اس غیر محرم کے

پاس ہے وہی سب کچھ بیوی کے پاس ہے ۔ اس سے معلوم ہوا کہ حلال طریقے پر اپنی ضروریات کو پورا کر لینے سے حرام سے بچنا آسان ہو جاتا ہے۔

❖ **حضرت ابو امامہ رضی اللہ عنہ** سے مروی ہے کہ ایک نوجوان نبی کریم ﷺ کی خدمت میں حاضر ہوا اور کہنے لگا: یا رسول اللہ! ﷺ مجھے زنا کرنے کی اجازت دے دیجیے! لوگ اس کی طرف متوجہ ہو کر اُسے ڈانٹنے لگے اور اسے پیچھے ہٹانے لگے، لیکن نبی ﷺ نے اسے فرمایا: میرے قریب آجاؤ! وہ نبی ﷺ کے قریب جا کر بیٹھ گیا، نبی ﷺ نے اس سے پوچھا: کیا تم اپنی والدہ کے حق میں بدکاری کو پسند کرو گے؟ اس نے کہا: اللہ کی قسم! کبھی نہیں، میں آپ پر قربان جاؤں! نبی ﷺ نے فرمایا: لوگ بھی اسے اپنی ماں کے لیے پسند نہیں کرتے۔ پھر دریافت فرمایا: کیا تم اپنی بیٹی کے حق میں بدکاری کو پسند کرو گے؟ اس نے کہا: اللہ کی قسم! کبھی نہیں، میں آپ پر قربان جاؤں! نبی ﷺ نے فرمایا: لوگ بھی اسے اپنی بیٹی کے لیے پسند نہیں کرتے۔ پھر پوچھا: کیا تم اپنی بہن کے حق میں بدکاری کو پسند کرو گے؟ اس نے کہا: اللہ کی قسم! کبھی نہیں، میں آپ پر قربان جاؤں! نبی ﷺ نے فرمایا: لوگ بھی اسے اپنی بہن کے لے پسند نہیں کرتے۔ پھر پوچھا: کیا تم اپنی پھوپھی کے حق میں بدکاری کو پسند کرو گے؟ اس نے کہا: اللہ کی قسم! کبھی نہیں، میں آپ پر قربان جاؤں! نبی ﷺ نے فرمایا: لوگ بھی اسے اپنی پھوپھی کے لیے پسند نہیں کرتے۔ پھر پوچھا: کیا تم اپنی خالہ کے حق میں بدکاری کو پسند کرو گے؟ اس نے کہا: اللہ کی قسم کبھی نہیں، میں آپ پر قربان جاؤں! نبی ﷺ نے فرمایا: لوگ بھی اسے اپنی خالہ کے لیے پسند نہیں کرتے۔

پھر نبی ﷺ نے اپنا دستِ مبارک اس کے جسم پر رکھا اور دعا کی کہ: ”اے اللہ! اس کے گناہ معاف فرما، اس کے دل کو پاک فرما اور اس کی شرم گاہ کی حفاظت فرما!“، راوی کہتے ہیں: اس کے بعد اس نوجوان نے کبھی کسی کی طرف توجہ بھی نہیں کی۔ (مسند احمد)

اس سے معلوم ہوا کہ بندہ بد نظری کے موقع پر یہ سوچ کہ جس طرح میں یہ پسند نہیں کرتا کہ لوگ میری محرم عورتوں کی طرف شیطانی نظر سے دیکھیں اسی طرح اور لوگ بھی پسند نہیں کرتے کہ میں ان کی عورتوں کو للچائی نظروں سے دیکھوں۔ اس سے دل کو ٹھنڈک اور سکون نصیب ہو گا۔ بد نظری کا داعیہ کمزور ہو جائے گا۔ مزید بر آں کسی شیخ کامل سے رابطہ ہو تو اس بیماری کا تذکرہ ان کے سامنے کریں اور دعا و توجہ کی درخواست کریں۔ مشائخ کرام نبی علیہ السلام کے نائب ہوتے ہیں۔ ان کی توجہات سے دلوں کی ظلمتیں دور ہو جاتی ہیں۔ نفسانیت کی پستیوں سے نکل کر انسان روحانیت کی بلندیوں پر پہنچ جاتا ہے۔ ان کی صحبت دوا اور ان کی نظر شفا ہوتی ہے۔ مشائخ کرام نے اپنے مریدین و متوسلین کو بد نظری سے بچنے کے لئے مختلف طریقے بتائے ہیں۔ بنیادی طور پر انہیں دو حصوں میں تقسیم کیا جا سکتا ہے۔

خیال بدلنا

جب بھی انسان کا نفس غیر محرم کی طرف دیکھنے کا تقاضا کرے تو بندہ خدا کو چاہئے کہ اپنا دھیان غیر محرم کی طرف سے ہٹا کر دوسری طرف جما لے۔ ذہن میں ارادۃً کوئی خیال سوچیں گے تو غیر محرم کا خیال خود بخود دور ہو جائیگا۔

اقوال سلف کی روشنی میں

امام غزالی رحمتہ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ اے عزیز! جان لو جب کوئی غیر محرم سامنے سے گزرے تو شیطان تقاضا کرتا ہے کہ تو اس پر نظر ڈال اور دیکھ کہ کیسی ہے۔ اس وقت شیطان سے مناظرہ کرنا چاہیئے کہ میں کیوں دیکھوں؟ اگر یہ بدصورت ہے تو میں گناہ بے لذت کا مرتکب ہوں گا، اگر خوبصورت ہے تو گناہ کے ساتھ ساتھ دل میں حسرت بھی پیدا ہو گی کہ کاش مجھے یہ حاصل ہوتی۔ ہر

عورت تو حاصل نہیں ہو سکتی۔ لہذا دل کو افسردہ کرنے سے کیا فائدہ۔ پس دل یہی فیصلہ کریگا گناہ کا ارتکاب ہو، نہ ہی دل افسردہ ہو۔ دل کا اطمینان گنوانا عقل مندوں کا کام نہیں۔

جب کسی حسین کی طرف طبیعت مائل ہو تو اس کا علاج یہ ہے کہ فوراً کسی ایسے شخص کا تصور باندھو کہ جس کا رنگ کالا ہے، چیچک کے داغ ہیں، آنکھوں سے اندھا ہے، سر سے گنجا ہے، دانت لمبے اور آگے کو نکلے ہوئے ہیں ہونٹ موٹے موٹے ہیں، ناک بہہ کر ہونٹوں تک پہنچ چکی ہے مکھیاں بیٹھی ہوئی ہیں، تو طبیعت میں سخت کراہت پیدا ہو گی یہ کراہت و نفرت اس جنسی میلان کو ختم کر دے گی جو حسین کو دیکھ کر قلب میں پیدا ہوا تھا۔ کبھی کبھی یہ تصور بھی کرے کہ یہ حسین جب مرے گا اور قبر میں جائے گا تو اس کا نازک بدن گل سڑ جائے گا، کیڑے اسے کھائیں گے سخت بدبو پیدا ہو گی، لہذا اس کو دیکھ کر میں اپنے رب کو ناراض کیوں کروں۔

ایک بزرگ فرمایا کرتے تھے کہ جب کسی حسین و جمیل کی طرف دیکھنے کو دل چاہے تو فوراً تصور کرے کہ میرے شیخ میری طرف دیکھ رہے ہیں تو طبیعت میں جھجک پیدا ہو جائے گی نظر ہٹ جائے گی۔ پھر سوچے کہ میرے شیخ اس عمل کو دیکھیں تو کس قدر ناراض ہوں گے۔ حالانکہ اللہ تعالیٰ تو حقیقت میں دیکھ رہا ہے تو وہ کتنا ناراض ہو گا۔ اس سے بد نظری سے توبہ کی توفیق نصیب ہو جائے گی۔

نفس کو سزا دینا

بد نظری سے بچنے کے لئے دوسرا طریقہ یہ ہے کہ انسان اپنے نفس پر سزا مقرر کرے کہ اگر بد نظری کی تو تمہیں یہ سزا دوں گا۔ چونکہ سزا کی تکلیف زیادہ ہو گی بہ نسبت بد نظری کی لذت کے۔ لہذا وقت کے ساتھ ساتھ نفس بد نظری کی عادت سے رک جائے گا۔ لہذا بد نظری کا مرتکب ہونے پر میں رکعت نفل پڑھنے کی سزا متعین کر لے۔ ایک دو دن میں ہی نفس چیخ اٹھے گا اور بد نظری سے باز آجائے گا۔ شیطان بھی کہے گا کہ یہ شخص ایک مرتبہ بد نظری کرنے پر ۴۰ مرتبہ سجدہ کر رہا ہے

ایسا نہ ہو کہ اس کے گناہ نیکیوں میں بدل دیئے جائیں۔ میری زندگی بھر کی محنت ضائع جائے گی۔ لہذا اس شخص کو بدنظری کے لئے اکسانا ہی نہیں چاہئے۔

ایک بزرگ فرمایا کرتے تھے کہ جس شخص کو کھانے پینے کا چسکا ہو اسے چاہئے کہ تین روزے رکھنے کی سزا متعین کرے۔ جب بھوکا پیاسا رہے گا تو سب خرمستیاں رفو چکر ہو جائیں گی۔

ایک بزرگ فرمایا کرتے تھے کہ بدنظری کرنے والا اگر غریب شخص ہے تو اپنے اوپر کچھ مال صدقہ کرنے کا جرمانہ مقرر کرے۔ جب اپنی ضرورتوں کو قربان کر کے مال صدقہ کرنا پڑے گا تو سب نشہ ہرن ہو جائے گا۔

ایک بزرگ فرمایا کرتے تھے کہ نفس میں بدنظری کا داعیہ پیدا ہو تو تنہائی میں اپنی پیٹھ پر کپڑے کا بنا کوڑا متعدد مرتبہ مارے اور سوچے کہ جب قیامت کے دن فرشتے کوڑے لگائیں گے تو کیا بنے گا۔ اس طریقے سے چند دنوں میں بدنظری کی عادت ختم ہو جائے گی۔

بدنظری کے موقع سے بچے

سب سے بڑی احتیاط یہی ہے کہ جن مواقع پر بدنظری کا امکان ہو ان سے گریز کرے۔ شادی بیاہ کے موقع پر مخلوط محفلوں میں ہرگز نہ جائے۔ کسی جگہ جانے کے دو راستے ہوں تو وہ راستہ اختیار کرے جس میں بدنظری کا امکان کم ہو۔ کسی گھر کا دروازہ کھٹکھٹائے تو سامنے سے ہٹ کے کھڑا ہو ایسا نہ ہو کہ کوئی بچہ دروازہ کھولے اور بے پردگی ہو۔ ہوائی جہاز وغیرہ پر سفر کے دوران ٹکٹ کاؤنٹر پر جہاں مرد ہو وہاں جائے تاکہ عورت سے بات چیت کا موقع ہی پیش نہ آئے۔ گاڑی میں سفر کرتے ہوئے اطراف کی گزرنے والی گاڑیوں پر نظر نہ جمائے ممکن ہے بے پردہ عورت بیٹھی ہو تو بدنظری ہو جائے گی۔ اپنے گھر میں داخل ہوتے وقت کھنکھار کر ایسی آواز پیدا کر دے کہ اگر کوئی غیر عورت موجود ہے تو وہ پردہ کر لے۔ بس ٹرین اور ہوائی جہاز کے سفر کے دوران کوئی دلچسپ کتاب اپنے پاس

رکھے اور اسے پڑھتے ہوئے وقت گزار دے۔ جب تھک جائے تو سو جائے۔ نیند نہ آئے تو مراقبہ کی نیت رہے۔ آنکھیں کھولنے سے مسافر خواتین پر نظر پڑنے کا اندیشہ ہو گا۔ راستہ چلتے نگاہ اس طرح نیچی رکھے کہ قریب سے گزرنے والوں کے پاؤں سے اندازہ ہو کہ مرد ہے یا عورت ہے۔ طواف کے دوران نظروں کو قدموں پر جمائے رکھے۔ ہرگز اوپر نہ اٹھنے دے۔ محلے کی وہ جگہ جہاں تنور وغیرہ پر عورتیں ہوتی ہیں اس مکان کی طرف نظر ہی نہ اٹھائے۔ تفریح گاہوں میں اول تو جائے نہیں اگر مجبوری میں جانا پڑے تو ایسا وقت اور ایسے دن کا انتخاب کرے کہ لوگ نہ ہونے کے برابر ہوں۔

اگر کسی ایسے دفتر یا ائرپورٹ لاؤنج وغیرہ میں انتظار کے لئے بیٹھنا پڑے جہاں ٹی وی چل رہا ہو یا عورتوں کی تصویر میں لگی ہوں تو ارادتاً ان کی طرف پیٹھ کر کے بیٹھے۔ سڑکوں کے کنارے لگے ہوئے اگر رکشہ گاڑی سامنے ہو تو اس میں بیٹھی خواتین کی طرف نظر نہ اٹھنے دے۔ جس سڑک یا گلی میں لڑکیوں کا **اسکول کالج ہو اس سے گزرنا چھوڑ دے** تو بہتر ہے۔ کفار کے ملک میں سفر کرنا پڑے تو بہتر ہے کہ لوگوں کے چہروں پر نظر ہی نہ ڈالے اول تو موسم گرما میں ان کے جسم آدھے سے زیادہ ننگے ہوتے ہیں اگر موسم سرما میں جسم پر کپڑے ہوں بھی تو مرد عورت کے درمیان پتہ ہی نہیں چلتا کئی مرتبہ لباس ایک جیسا ہوتا ہے، عورتیں کوٹ پتلون پہنتی ہیں ٹائی لگاتی ہیں، مردوں کی مانند بال کٹواتی ہیں، اس مصیبت سے بچنے کا حل یہی ہے کہ نگاہیں جھکائے اور اپنا ایمان بچائے۔ اللہ تعالیٰ سے عاجزی کے ساتھ التجا کرے کہ یا الٰہی

غمِ حیات کے سائے محیط نہ کرنا کسی غریب کو دل کا غریب نہ کرنا

میں امتحان کے قابل نہیں مرے مولیٰ مجھے گناہ کا موقع نصیب نہ کرنا

بیوی کو خوش رکھے

اپنی بیوی کے ساتھ محبت والفت کا برتاؤ رکھے۔ اس کے پہننے اوڑھنے وغیرہ کا خیال رکھے جب بیوی گھر میں خاوند کو محبت و پیار دے گی خدمت کرے گی مسکراہٹوں سے استقبال کریگی تو خاوند کی طبیعت غیر محرم کی طرف متوجہ نہیں ہو گی، ذرا غور کریں اس صورت حال پر کہ جب میاں بیوی کا روزانہ گھر میں جھگڑا ہو پریشان حال خاوند دفتر میں بغیر ناشتہ کئے پہونچ جائے وہاں اس کی بے پردہ کارکن خاتون مسکرا کر انتہائی ہمدردانہ لہجے میں پوچھے کہ سر! آپ کیسے ہیں؟ تو اس لڑکی کی مسکراہٹ خاوند کی ازدواجی زندگی میں زہر گھول دیتی ہے۔ اس صورت حال میں بنتے بستے گھر تباہ ہو جاتے ہیں۔ جب گھر میں خوبصورت بیوی جھگڑے کرتی رہے تو باہر کالی کلوٹی عورت بھی حور پری نظر آنے لگتی ہے۔ لہذا میاں بیوی دونوں کو کوشش کرنی چاہئے کہ گھر میں الفت و محبت کا ماحول رہے تاکہ باہر کی گندگیوں سے بچنا آسان ہو۔ عام طور پر بد نظری کے مرتکب وہی ہوتے ہیں جن کی بیوی نہیں ہوتی یا بیوی ہوتی ہے مگر وہ بیوی سے جنسی طور پر مطمئن نہیں ہوتے۔ قرآن مجید نے بیوی کا مقصد بتایا ہے لتسکنوا الیھا (تاکہ تم اس سے سکون پاؤ) اور جو بیوی پر سکون خاوند کو پریشان کر دے وہ اللہ تعالیٰ کے سامنے کیا جواب دے گی۔ آج کا نوجوان اگر بیوی کو اس شوق سے دیکھے جس شوق سے ٹی وی کو دیکھتا ہے تو بیوی جنت کی حور نظر آنے لگ جائے گی۔ سنا ہے کہ غلبہ محبت میں زلیخا نے ہر چیز کا نام یوسف رکھ دیا تھا۔ اسے دنیا میں یوسف کے سوا کچھ نظر ہی نہیں آتا تھا۔

جب بیوی اور خاوند میں ایسی سچی محبت ہو گی تو خاوند کی کسی غیر محرم پر نظری نہیں اٹھے گی۔ اپنے آپ کو بے طمع کرلے اور بار بار اپنے دل میں یہ خیال جمائے کہ میں اللہ رب العزت کو ناراض نہیں کرنا چاہتا۔ میری غیر محرم پر اٹھنے والی ہر نظر میرے محبوب حقیقی سے دور کریگی۔ لہذا میں نے اللہ تعالیٰ کے قرب کو اپنے لئے چن لیا ہے۔ اس کی محبت میں آکر میں نے غیر محرم کی طرف دیکھنے سے توبہ کرلی ہے۔ اب کوئی بے پردہ عورت سامنے آئے گی مجھے اس سے کوئی طبع نہیں۔ وہ نیلی ہے پیلی

ہے یا پتلی ہے یا موٹی ہے۔ گوری ہے یا کالی حور ہے یا ڈائن ہے کسی اور کے لئے ہے میرے لئے نہیں۔ جب مجھے اس سے کوئی مطلب پورا نہیں کرنا تو دیکھنے کا کیا فائدہ۔

گلی بازار سے گزرتے ہوئے جب نفس غیر محرم کی طرف دیکھنے کی خواہش کرے تو فوراً اپنے دل میں یہ خیال دہرائے کہ مجھے اس سے کوئی طمع نہیں۔ آپ نے تجربہ کیا ہو گا کہ اگر کسی بس میں یا انتظار گاہ میں کوئی مرد آپ کے قریب والی سیٹ پر بیٹھ جائے تو آپ کو محسوس ہی نہیں ہوتا اور اگر کوئی عورت بیٹھ جائے تو ذہن منتشر ہو کر اسی کے متعلق سوچنا شروع کر دیتا ہے۔ یہ سب اس لئے کہ نفس میں طبع ہوتی ہے، اگر وہی بوڑھی عورت ہو تو پرواہی نہیں ہوتی۔ یہ ثبوت اس بات کا ہے کہ نفس میں خباثت ہوتی ہے۔ لہٰذا اس کو دل سے ارادہ دور کرنے کی کوشش کریں۔ رات کے آخری پہر میں تہجد کے بعد اللہ رب العزت سے دعا مانگے اے مالک مجھے غیر محرم سے بے طمع کر دے، اس کی برکت چند دنوں میں ظاہر ہو کر رہے گی۔ آزمائش شرط ہے۔

حور کی خوبیوں کا تصور

اگر نفس غیر محرم کی طرف دیکھنے کی خواہش کرے تو سالک اپنے دل میں حور کی خوبیوں کا تصور کرے مثلاً حُورٌ مَّقۡصُورَاتٌ فِي الۡخِيَامِ (خیمہ میں رکی رہنے والی حوریں) قَاصِرَاتُ الطَّرۡفِ (نیچے نگاہ رکھنے والی) لَمۡ يَطۡمِثۡهُنَّ إِنۡسٌ قَبۡلَهُمۡ وَلَا جَانٌّ (ان سے کسی آدمی یا جن نے قربت نہیں کی) أَزۡوَاجٌ مُّطَهَّرَةٌ (حیض و نفاس سے پاک بیبیاں) كَأَنَّهُنَّ الۡيَاقُوتُ وَالۡمَرۡجَانُ (یاقوت مرجان جیسے موتیوں کی طرح) ان تمام صفات کو مد نظر رکھ کر غیر محرم کے متعلق سوچے کہ کبھی حیض کا بدبودار خون جاری ہے، کبھی نفاس جاری ہے، روزانہ کی بار پیشاب پاخانہ کی گندگی پیٹ سے نکلتی ہے، ناک صاف کرتی ہے، منہ سے بلغم خارج ہوتی ہے، بغلوں سے پسینے کی بو آتی ہے، سر میں جوئیں پڑی ہوئی ہیں، چند دن نہ نہائے تو بدبو آئے، بیمار ہو تو چند دن میں لاغر ہو جائے، بوڑھی ہو گی تو چہرہ چھوہارے کی طرح بن جائے گا، منہ میں دانت نہیں رہیں گے، پیٹ میں آنت نہیں رہے گی، کمر جھکا کے چل رہی ہو گی، منہ

سے الفاظ پورے نہیں نکلیں گے، پوشیدہ حصوں کے بال نہ صاف نہ کرے تو جنگل کا نمونہ بن جائے، ہر وقت پیٹ میں پاخانے اور پیشاب کی گندگی اٹھائے پھر رہی ہے، کیا ایسی عورت کی طرف نظر اٹھا کر میں اپنے پروردگار کو ناراض کروں؟ جنت کی نعمتوں اور حوروں سے محروم ہو جاؤں؟ وہ حور جو ہمیشہ پاکزہ رہے گی موتیوں کی طرح چمکتی ہوگی، جسم سے ہر حصے سے خوشبو آئے گی، پاک وصاف ہوگی، اگر لعاب کھارے پانی میں ڈالے تو میٹھا ہو جائے، اگر انگلی عرش سے نیچے نکالے تو سورج کی روشنی مات پڑ جائے، اگر مسکرا کر بات کرے تو مردہ بھی زندہ ہو جائے، جس کو کسی غیر نے ہاتھ نہیں لگایا ہو گا، جس کے دل میں محبت کے اٹھتے ہوئے جذبات کو انسان اپنی آنکھوں سے دیکھ سکے گا، نہ بیماری ہو نہ خواری ہوگی، بالاخانے میں بیٹھی خاوند کا انتظار کر رہی ہوگی۔ میں ایسی باوفا حسین و جمیل بیوی غیر محرم کی طرف ایک نظر اٹھا کر دیکھنے کی خاطر محروم ہو جاؤں یہ کہاں کی عقلمندی ہے۔ پس دنیا میں میرے لئے میری بیوی ہے، اور آخرت میں میرے لئے حوریں ہیں، گلی بازار میں پھرنے والیوں سے مجھے کوئی طمع نہیں ہے۔ میں غیر محرم سے ہر ہر نظر بچاؤں گا، اپنے رب کو مناؤں گا۔ اور حوروں کا حقدار بن جاؤں گا۔

دیدار الٰہی سے محرومی کا تصور کرو

حدیث پاک کا مفہوم ہے کہ جنتیوں کو اللہ تعالیٰ کا دیدار نصیب ہو گا بعض کو ایک مرتبہ ہو گا۔ بعض کو ہر سال ہو گا۔ بعض کو ہر مہینہ ہو گا۔ کسی کو ہر جمعہ کے دن ہو گا اور بعض لوگوں کو ہر روز ہو گا۔

ایسے میں وہ شخص جو دنیا میں نابینا پیدا ہوا اور اس نے نیکوکاری اور پرہیز گاری اور صبر و شکر والی زندگی گزاری۔ اس کو یہ سعادت نصیب ہو گی کہ وہ ہر وقت اللہ تعالیٰ کے دیدار میں محو رہے گا۔ اللہ تعالیٰ فرمائے گا یہ میرا وہ بندہ ہے جس نے دنیا میں کسی غیر کو محبت کی نظر سے نہیں دیکھا اب یہ جب چاہے میرے چہرہ انور کا دیدار کرے۔

بعض علماء نے لکھا ہے کہ جو شخص دنیا میں اللہ کی رضا کی خاطر غیر محرم سے اپنی نظروں کی حفاظت کرے گا۔ اللہ تعالیٰ جنت میں ہر ہر نظر کے بدلے ایک ایک مرتبہ اسے اپنے چہرہ انور کا دیدار عطا فرمائے گا۔ سالک کو چاہیئے کہ وہ اس مضمون کا مراقبہ کرے اور اپنے دل کو سمجھائے کہ میں چند لمحوں کی بد نظری کی وجہ سے اللہ تعالیٰ کے دیدار سے محروم کیوں ہو جاؤں؟

یاد رہے جنت میں عمل کا اجر اس کی جنس سے ہو گا لہذا جو شخص غیر محرم چہرے سے آنکھ ہٹائے گا اسے اللہ تعالیٰ کے دیدار کی سعادت نصیب ہو گی۔ سالک کو چاہیئے کہ وہ غیر محرم سے نظریں ہٹائے تاکہ اللہ تعالیٰ کے دیدار کا حق دار بن جائے۔

اپنی ماں بیٹی کا تصور کرو

انسان کا نفس غیر محرم کی طرف للچائی نظروں سے دیکھنا چاہے تو فوراً دل میں ماں یا بیٹی کا تصور کرے اور اس کے متعلق سوچنا شروع کر دے یہ اتنے مقدس رشتے ہیں کہ نفسانیت کے تقاضے اس طرح ختم ہو جاتے ہیں جس طرح پانی ڈالنے سے آگ کے شعلے بجھ جاتے ہیں۔ مگر یہ عمل باحیا اور باشرع لوگوں کے لئے زیادہ فائدہ مند ہے۔

آنکھوں میں سلائی پھیرنے کا تصور کریں

علماء کرام نے لکھا ہے کہ بد نظری کرنے والا جہنم میں پہونچے گا تو فرشتے اس کی آنکھوں میں پگھلا ہوا سیسہ ڈالیں گے۔ بعض کتابوں میں لکھا ہے کہ لوہے کی سلاخیں گرم کر کے اس کی آنکھوں میں گھونپ دیں گے۔ جب سالک کا نفس بد نظری پر اکسائے تو سالک اپنے ذہن میں تصور کرے کہ وقتی لذت کی خاطر میری آنکھوں میں گرم سلائیاں پھیری جائیں گی تو کیا حال ہو گا چند دن متواتر یہ تصور کرنے سے نفس کی خباثت ختم ہو جائے گی۔

اصول کی بات

جن لوگوں کو بد نظری کی پرانی عادت ہوتی ہے اور ابتدئی نسخوں سے ان کے نفس کی ہٹ دھرمی دور نہیں ہوتی انہیں چاہئے کہ اپنے نفس کو سمجھائیں کہ اللہ رب العزت کے ہاں ایک اصول ہے۔ جو شخص کچھ گناہ کا ارتکاب شروع کرے تو اول تو رب کریم اس کے ساتھ علم اور بردباری کا معاملے فرماتاہے۔ اگر بندہ پیچھے نہ ہٹے تو کچھ عرصہ ستاری کا معاملہ فرماتا ہے۔ اور اگر پھر بھی آگے بڑھتا جائے تو سزا کا ارادہ فرماتا ہے۔ اور جس بد نصیب کے لئے سزا کا ارادہ کرلے پھر اس کو گھر بیٹھے بٹھائے ذلیل کر دیتاہے۔ دوسرے کیلئے عبرت کا نشان بنا دیتاہے۔ لہذا میں بہت عرصے سے بد نظری والے گناہ کا مرتکب ہو رہاہوں، ابھی تک اللہ تعالیٰ ستاری کا معاملہ فرمارہاہے۔ اگر سزا کا ارادہ کرلیا تو میں دین و دنیا میں برباد ہو جاؤں گا، کہیں کا نہیں رہوں گا۔ ارشاد باری تعالیٰ ہے۔ وَ مَنۡ یُّهِنِ اللّٰهُ فَمَا لَهٗ مِنۡ مُّكۡرِمٍ جس کو اللہ تعالیٰ ذلیل کرے اس کو کوئی عزت دینے والا نہیں۔ اس آیت کا تصور کرنے سے بد نظری کی عادت سے جان چھوٹ جاتی ہے۔

اپنے نفس سے مناظرہ

جب انسان کا نفس بد نظری کی کوشش کرے تو اپنے نفس سے یوں مناظرہ کرنا چاہئے، اے نفس! تیرا نام اتنا بلند مگر تیری حرکتیں اتنی پست ہیں، تو مخلوق کی نظر میں اللہ کا دوست ہے مگر اللہ کے دشمنوں والے کام کر رہاہے، تو ظاہر میں مؤمن ہے باطن میں فاسق ہے، تو اوپر سے لا الہ ہے اندر سے کالی بلاہے، تو ظاہر میں الہ کا بندہ ہے تنہائی میں شیطان کا پجاری ہے، تیری زبان اللہ کی طلبگار ہے تیری آنکھ کو غیر محرم سے پیار ہے تو مخلوق کی نظر میں صوفی صافی ہے مگر خالق کی نظر میں قابل معافی ہے، مخلوق کی نظر سے تیری حرکتیں پوشیدہ ہیں مگر خالق حقیقی کی نظر میں آشکارہ ہیں، تو ظاہر میں جنت کا رہیں مگر در حقیقت جہنم کا خریدار ہے، بہتر یہی ہے کہ خسارے کی تجارت سے باز آ گھاٹے اور نقصان کے سودے سے پیچھے ہٹ جا، اللہ تعالیٰ نے تیرے لئے توبہ کا دروازہ کھلا رکھا ہے،

شاید یہ تیری مہلت کا آخری دن ہو۔ بعد میں حسرت وافسوس کرنے کا کیا فائدہ ہے۔ چند مرتبہ نفس کے ساتھ اس طرح مناظرہ کرنے سے بد نظری میں خاطر خواہ کمی آئے گی۔

مرتبہ معیت

جب انسان کا نفس بد نظری سے باز نہ آئے تو سالک معیت الہی پیدا کرنے کیلئے ہر نماز کے بعد چند لمحے اپنے دل میں آیت کریمہ کا مضمون سوچے کہ ھو معکم اینما کنتم وہ تمہارے ساتھ ہے تم جہاں نہیں بھی ہو یعنی اس کی رحمت۔ یہ پھر اپنے نفس کو سمجھائے کہ دیکھو تم اللہ تعالیٰ کی نظر سے کہیں بھی اوجھل نہیں ہو سکتے، جب تم غیر محرم کو دیکھ رہے ہوتے ہو پروردگار تمہاری طرف دیکھ رہا ہوتا ہے، یہ اللہ تعالی کی بردباری ہے کہ تمہاری پکڑ نہیں فرمارہا اگر یہی کچھ کرتے رہے تو بکرے کی ماں کب تک خیر منائے گی، نظر کے تیر تمہیں روحانی موت ملنے کا سبب بنیں گے، ادلے کا بدلہ ہو کے رہتا ہے تم غیر عورت کو للچائی نظروں سے دیکھتے ہو کوئی تمہاری عورتوں کو ایسی نظروں سے دیکھے گا، اسے نفس! یہ بات اچھی طرح جان لے کہ جیسی کرنی ویسی بھرنی نہ مانے تو کر کے دیکھ جنت بھی ہے دوزخ بھی ہے۔ یہ طریقہ اپنائے اللہ تعالیٰ کی رحمت شامل حال ہو گی اور بد نظری سے توبہ کی توفیق نصیب ہو گی۔

ایک مغالطہ

بعض نوجوان یہ چاہتے ہیں کہ نفس میں غیر محرم کی طرف دیکھنے کا خیال اور تقاضا ہی پیدا نہ ہو۔ اس کے حاصل نہ ہونے پر بہت پریشان ہوتے ہیں۔ سمجھتے ہیں کہ ہمارے ذکر و مراقبے کا کوئی فائدہ نہیں ۔یاد رکھیں یہ شیطانی وسوسہ ہوتا ہے اگر نفس میں بد نظری کی خواہش ہی نہ رہے تو اس سے بچنا کہاں کی بہادری ہے۔ اندھا ہے کہ میں غیر محرم کو نہیں دیکھتا تو یہ کون سی فخر کی بات ہے مزہ تو یہ ہے کہ بھر پور شہوت کے باوجود گناہ سے بچ جائے۔ دل میں ندامت و شرمندگی کا پیدا ہونا اور غیر محرم کی

طرف نظر اٹھانے سے بچ جانا یہی بڑا جہاد ہے۔ یہ سب کچھ زندگی بھر کرنا پڑتا ہے اور اپنی کوتاہیوں پر رونا دھونا پڑتا ہے۔ جب اس حال میں مریں گے تو قبر میں پر سکون نیند آئے گی۔

اللہ پاک اس تحریر کو میرے لئے ذریعہ نجات بنائے، جتنا ہو سکے دوسروں کو شئیر کیجئے، اللہ پاک ہم سب کو دین و دنیا کی بھلائیاں نصیب فرمائے۔ آمین۔

عنصر رضا جامیؔ